

**PROTOCOLO DE
ESTUDIANTES CON
TRASTORNO
ESPECTRO AUTISTA.**

PROTOCOLO
DEC
ESTUDIANTES
CON
TRASTORNO
ESPECTRO
AUTISTA.

La desregulación emocional conductual (DEC) se refiere a la respuesta motora y emocional ante uno o varios estímulos o situaciones desencadenantes. En estos casos, el niño/a, adolescente o joven puede tener dificultades para comprender su estado emocional y expresar sus sentimientos. Estas dificultades van más allá de lo esperado para su edad o desarrollo, lo que les dificulta autorregularse y volver a un estado de calma. Incluso después de intentos de intervención exitosos utilizados por educadores en otros casos, estas dificultades pueden persistir. Esta situación puede ser percibida externamente por más de un observador como un estado de "descontrol"

La regulación emocional se refiere a la habilidad para gestionar nuestras emociones de manera adecuada. Implica ser consciente de la relación entre emoción, pensamiento y comportamiento, así como contar con estrategias efectivas para hacer frente a situaciones desencadenantes. Además, incluye la capacidad para cultivar emociones positivas por uno mismo.

El presente protocolo define los procesos en materia de prevención e intervención según los niveles de intensidad en que se genere la desregulación emocional y conductual.

Identificación de los estudiantes propensos a la desregulación emocional conductual (DEC):

En el contexto de la prevención, uno de los primeros pasos es identificar a los estudiantes que, debido a sus características personales y/o contextuales, podrían ser más vulnerables a experimentar episodios de DEC en el entorno educativo. Para esto, se llevará un registro dentro del establecimiento educativo que incluirá:

- Estudiantes con Trastorno del Espectro Autista (TEA): Se entenderá por personas con trastorno del espectro autista a aquellas que presentan una diferencia o diversidad en el neurodesarrollo típico, que se manifiesta en dificultades significativas en la iniciación, reciprocidad y mantención de la interacción y comunicación social al interactuar con los diferentes entornos, así como también en conductas o intereses restrictivos o repetitivos. El espectro de dificultad significativo en estas áreas es amplio y varía en cada persona. El trastorno del espectro autista corresponde a una condición del neurodesarrollo, por lo que deberá contar con un diagnóstico.

Estas características constituyen algún grado de discapacidad cuando generan un impacto funcional significativo en la persona a nivel familiar, social, educativo, ocupacional o de otras áreas y que, al interactuar con diversas barreras presentes en el entorno, impida o restrinja su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás, lo que deberá ser calificado y certificado conforme a lo dispuesto en la ley N° 20.422, que establece normas sobre igualdad de oportunidades e inclusión social de personas con discapacidad.¹

¹ Art. 2 Ley 21.545, que establece la promoción de la inclusión, la atención integral, y la protección de los derechos de las personas con trastorno del espectro autista en el ámbito social, de salud y educación.

Los estudiantes diagnosticados con TEA a menudo muestran tendencias ritualistas y una marcada inflexibilidad. En algunos casos, experimentan hipersensibilidad sensorial y frecuentes estados de ansiedad. Les resulta difícil adaptarse a los cambios y manejar los imprevistos, lo que puede generar una intensa ansiedad. Además, enfrentan dificultades para reconocer y manejar sus propias emociones, lo que a veces los abruma. Estos factores suelen ser la base de la desregulación emocional o su agravamiento frente a ciertos contextos y situaciones. Esta desregulación puede manifestarse desde movimientos estereotipados hasta expresiones de incomodidad o disgusto, agitación respiratoria, aumento en el volumen de la voz o el uso de un lenguaje grosero.

- Estudiantes con Trastornos Ansiosos: Las manifestaciones de ansiedad varían según la etapa del desarrollo. En niños más pequeños, la ansiedad suele manifestarse como una actividad excesiva, comportamientos llamativos y demandantes de atención, y/o dificultades en la separación. En cambio, los adolescentes pueden expresar sus experiencias subjetivas, pueden describirlas utilizando términos como miedo, nerviosismo, tensión o rabia. Además, pueden exhibir comportamientos disruptivos o experimentar crisis de angustia o pánico.
- Estudiantes con Trastornos Depresivos: Las características de la depresión en niños y adolescentes incluyen cambios en el estado de ánimo, pérdida de interés en actividades, alteraciones en el sueño y el apetito, fatiga, dificultades de concentración y falta de energía. Estos síntomas pueden afectar significativamente su funcionamiento diario, incluido el rendimiento académico, y es importante prestar atención a estas señales para buscar ayuda profesional y apoyo adecuado.
- Estudiantes con Trastornos o problemas del comportamiento: Es probable que estos estudiantes se sientan frustrados con facilidad, sean emocionalmente explosivos y muestran una menor atención a las señales sociales. También es posible que tengan dificultades para regular sus emociones, expresan más abiertamente emociones desagradables, especialmente ira y agresividad, enfrenten obstáculos para manejar la frustración, muestren menos empatía y tengan una menor respuesta ante estímulos.

PREVENCIÓN DE UNA DESREGULACIÓN EMOCIONAL CONDUCTUAL

Es recomendable prevenir un episodio de desregulación emocional, por ello es necesario estar atentos a las señales de irritación y frustración, para intervenir cuanto antes y evitar llegar a situaciones de crisis en donde volver a la calma conlleva más tiempo y recursos. En este sentido, para poder actuar preventivamente debemos conocer al estudiante.

La intervención preventiva debe abordar tanto las circunstancias escolares como los factores externos que pueden predisponer a la desregulación emocional en la vida diaria del estudiante. Entre estos factores externos se incluyen trastornos del sueño, problemas de salud y cambios en la dinámica familiar, como horarios laborales de los padres o mudanzas. Es crucial

mantener una comunicación constante con la familia para detectar y prevenir conductas no deseadas en el aula y planificar los apoyos necesarios. Para identificar los desencadenantes de la desregulación emocional, es fundamental conocer al estudiante mediante entrevista y/o la aplicación de cuestionarios o inventarios adaptados a cada caso, elaborados y ejecutados por los especialistas del Establecimiento.

Con el objetivo de contar con esa información sobre el estudiante, los resultados de estas evaluaciones deben ser compartidos con el equipo docente y otros colaboradores que interactúan con el estudiante en la escuela, en una reunión dirigida por el profesional encargado de realizar las evaluaciones. Además, se mantendrá una bitácora por estudiante, registrando cada episodio de desregulación emocional, a cargo del mismo profesional.

Cabe hacer presente que, se en apoyo a la prevención de episodios de crisis de alumnos con trastorno de espectro autista se contará con carteles u otros formatos de comunicación en las salas de clases y en los patios del Establecimiento, en los cuales se señala explícitamente que las personas con trastorno del espectro autista deben recibir un trato digno y respetuoso en todo momento y en cualquier circunstancia, y que respecto de ellas debe adoptarse un lenguaje claro y sencillo en las atenciones que se les brinden.²

Estrategias para prevenir una desregulación emocional.

Para poder actuar preventivamente se sugiere realizar acciones antes de que ocurra la desregulación, para tal efecto se recomiendan las siguientes estrategias, las cuales se deben ajustar acorde a las habilidades y necesidades del estudiante, considerando el nivel de afectación en las áreas de comunicación verbal y no verbal e interacción social.

- Agendas: Organizar el día a día del estudiante de forma clara y sencilla, buscar entre sus intereses y considerarlos puede ser fundamental para mantener la percepción de seguridad en el estudiante.
- Contratos conductuales: Reflejar de manera clara y concisa lo que esperamos que el estudiante realice. Se debe realizar en positivo, dando siempre la conducta alternativa positiva que se puede realizar. Se recomienda hacerlo con apoyo de fotografías o pictogramas en función de la madurez del NNA.
- Reforzadores: Las consecuencias positivas que siguen a una conducta son los reforzadores. Éstos como su nombre indica nos ayudan a reforzar y fortalecer la conducta. Cuando la conducta va seguida de un premio o una recompensa hará que el comportamiento sea más probable en el futuro.

² Art. 24 Ley 21.545, que establece la promoción de la inclusión, la atención integral, y la protección de los derechos de las personas con trastorno del espectro autista en el ámbito social, de salud y educación.

También se sugieren las siguientes acciones:

- a. Redirigir momentáneamente al estudiante hacia otro foco de atención con alguna actividad que realmente despierte su atención (música, actividades preferidas, una manualidad que le guste, etc.) por ejemplo, pedirle que ayude a distribuir materiales, que ayude con el computador u otros apoyos tecnológicos. Al intentar desviar la atención, lo que se está intentando es interrumpir su línea de pensamiento, cambiar su foco de atención o interrumpir un modelo.
- b. Facilitar la comunicación, ayudar a que se exprese de una manera diferente preguntando directamente, por ejemplo: ¿Hay algo que te está molestando? ¿Hay algo que quieras hacer ahora? Si me lo cuentas, podemos buscar que te sientas mejor. Las preguntas y la forma de hacerlas deben ser adaptadas a la edad y condición del estudiante.
- c. Otorgar, cuando sea pertinente, tiempos de descanso en el que pueda, por ejemplo, ir al baño o salir de la sala, previamente establecido y acordado con el estudiante y su familia, tras el cual debe volver a finalizar la actividad.
- d. Utilizar refuerzo conductual positivo frente a conductas aprendidas con apoyos iniciales. Para el diseño de este refuerzo positivo se requiere tener conocimiento sobre cuáles son sus intereses, cosas favoritas, hobbies, objeto de apego.
- e. Diseñar con anterioridad normas de aula, articuladas con los encargados de Convivencia Escolar, sobre cómo actuar en momentos en que el estudiante, durante la clase se sienta especialmente incómodo, frustrado o angustiado adecuando el lenguaje a la edad y utilizando, si se requiere, apoyos visuales u otros pertinentes. Estipular con anterioridad una señal de cómo el estudiante hará saber de esto a su docente y profesionales de apoyo en aula. Ejemplo: usar tarjetas de alerta disponibles o una seña previamente consensuada, que el estudiante pueda mostrar al docente, para que se inicie el accionar acordado.

ABORDAJE DE UNA DESREGULACIÓN EMOCIONAL CONDUCTUAL

Si a pesar de haber realizado diferentes estrategias para prevenir una desregulación emocional conductual, se desencadena una crisis, debemos seguir el siguiente procedimiento:

1. ETAPA INICIAL

Previo haber intentado manejo general sin resultados positivos y sin que se visualicen riesgos para sí mismo/a terceros, se recomienda:

- i. Mantener la calma: Es crucial mantener la compostura y transmitir tranquilidad al estudiante mediante un tono de voz neutral y una postura corporal relajada, lo que puede servir como ejemplo para imitar.

- ii. Eliminar el estrés sensorial: Dado que las personas con Trastorno del Espectro Autista (TEA) suelen tener dificultades en el procesamiento sensorial, es importante identificar y eliminar o reducir los estímulos sensoriales que puedan estar causando molestias al estudiante, como ruidos, luces o texturas inusuales.
- iii. Cambiar la actividad: Si el estudiante muestra frustración con una actividad específica, se puede cambiar la forma de realizarla o los materiales utilizados para adaptarse a sus necesidades y preferencias.
- iv. Cambiar el foco de interés: Intentar redirigir al estudiante hacia una actividad diferente, preferiblemente una que sea manipulativa y sencilla, como resolver un rompecabezas. Ayudar físicamente al estudiante a comenzar la actividad puede ayudar a desviar su atención de la situación que desencadenó la desregulación emocional.

En esta etapa será importante observar la situación con el fin de recopilar información sobre el estado del estudiante antes de la desregulación, como su calidad de sueño o posibles problemas en casa, para que los profesionales puedan abordar la situación de manera más efectiva. Este enfoque proactivo puede ayudar a prevenir futuros episodios de desregulación emocional y fomentar un entorno de aprendizaje más seguro y comprensivo para el estudiante.

2. ETAPA DE AUMENTO DE LA DESREGULACIÓN EMOCIONAL CONDUCTUAL

Con ausencia de autocontroles inhibitorios cognitivos y riesgo para sí mismo/a o terceros se debe considerar lo siguiente:

- i. Las palabras no ayudan: Dejar a un lado el intentar razonar, negociar o dar explicaciones. En ese momento para el estudiante todo eso será ruido que le puede incomodar aún más, al tiempo que aumenta la agitación motora sin lograr conectar con su entorno de manera adecuada.
- ii. Acompañar y no interferir: No interferir innecesariamente en su proceso de manera invasiva, u ofrecer soluciones, o pidiéndole que efectúe algún ejercicio, pues durante esta etapa de una desregulación el estudiante no está logrando conectar con su entorno de manera esperable.
- iii. Reforzar: Pensar en algo que le guste y dárselo ante cualquier conducta adecuada que muestre. Mejor si es algo que podemos dar poco a poco y no de golpe, para reforzar progresivamente. A medida que la crisis vaya menguando, comenzar a alabar su calma, felicitar y sonreír.
- iv. Espacio sensorial: Es habitual que las personas con TEA presenten conductas autoestimulantes que pueden ser percibidas como movimientos repetitivos. En esta

circunstancia no se debe interferir en los movimientos o requerimientos sensoriales que el estudiante esté realizando, ya que le facilitan gestionar la información sensorial que percibe. Se sugiere acompañar al estudiante a un lugar que le ofrezca calma y/o regulación sensorial (por ejemplo, una sala predefinida que tenga algunos implementos que le faciliten volver a la calma).

- v. Motivar ciertas conductas inhibitorias: por ejemplo, tirarse al piso boca arriba; respirar profundo por la nariz y botar por la boca; contar del 1 al 20 mentalmente descansando y repetirlo varias veces. Indicar algunas alternativas: En este sentido, podría ser útil contar con un objeto de apego del estudiante en el colegio cuando sea pertinente conforme a la edad.
- vi. Tiempo de descanso: Conceder un tiempo de descanso cuando la desregulación haya cedido. Durante el tiempo establecido que se mantendrá fuera del aula, debe ser acompañado por la persona a cargo, en un lugar seguro, idealmente en un primer piso. Evitar trasladarlo a lugares con ventanales en techos o ventanas sin cortinas, o con estímulos similares a los desencadenantes de la crisis de desregulación.
- vii. Retirar elementos peligrosos: sacar del alcance del alumno cualquier objeto que pudiese ser peligroso para sí o para terceros, como tijeras, cuchillos cartoneros, piedras, palos, entre otros. Evitar aglomeraciones de personas que observan, sean estos estudiantes y/o adultos.

3. ETAPA DE DESCONTROL

Los riesgos para sí mismo/a o terceros implican la necesidad de contener físicamente al estudiante. En situaciones extremas donde la desregulación emocional presente un riesgo para la integridad física del estudiante o de la comunidad escolar, se podrá recurrir a la contención física. Esto debe ser llevado a cabo por personal capacitado previamente por el Colegio³, utilizando técnicas apropiadas al efecto. Todo lo anterior se podrá realizar siempre y cuando se cuente con la autorización escrita del apoderado. En todo caso, se deberá resguardar la integridad y dignidad del estudiante, así como la de sus compañeros, del profesional a cargo, y de los demás miembros de la comunidad educativa.

En caso de que sea necesario el traslado del estudiante a un centro de salud, el establecimiento debe establecer de manera conjunta con el centro de salud más cercano el procedimiento a seguir, y definir en acuerdo con el apoderado la forma de traslado, garantizando la seguridad del NNA.

³ Art. 20 Ley 21.545: *“Deberes de los establecimientos educacionales. Los establecimientos educacionales tienen el deber de proveer espacios educativos inclusivos, sin violencia y sin discriminación para las personas con trastorno del espectro autista, y garantizarán la ejecución de las medidas para la adecuada formación de sus funcionarios, profesionales, técnicos y auxiliares, para la debida protección de la integridad física y psíquica de aquellas personas.”*

Además de los posibles factores desencadenantes mencionados anteriormente, en algunos casos la desregulación emocional y conductual puede estar asociada a efectos adversos de medicamentos neurológicos o psiquiátricos, lo que resalta la importancia de coordinar con la familia y los centros de salud. Es esencial establecer una comunicación fluida con el equipo médico tratante o derivar al estudiante a un médico psiquiatra para recibir el apoyo adecuado y orientación sobre acciones futuras conjuntas. Esto es fundamental ya que pueden existir diagnósticos concomitantes que requieran tratamiento médico o la intervención de otros especialistas

4. INTERVENCIÓN POSTERIOR A UNA DESREGULACIÓN EMOCIONAL CONDUCTUAL

Posterior a una desregulación emocional, el estudiante necesitará de acciones que le permitan volver a un estado de “normalidad” dando oportunidad para calmarse, recobrar el autocontrol y la facultad de pensar. Es importante demostrar afecto y comprensión, hacerle saber al estudiante que todo está tranquilo y que es importante que podamos hablar de lo ocurrido para entender la situación, poder solucionarla y evitar que se repita.

- i. Regresar a la normalidad: Los estudiantes socialmente más conscientes pueden temer el daño que han hecho en su relación con el otro. Por tanto, es bueno intentar introducir al menos cierto grado de normalidad, orden y predictibilidad en la situación tan pronto como sea posible. Encontrar algo que pueda hacer, y por lo cual felicitarle, puede ser una buena práctica.
- ii. Realizar de nuevo lo solicitado: Si creemos que se utiliza la desregulación emocional para evitar hacer algo que se le pidió, y aunque no deseamos desencadenar otra situación de crisis, no debemos dar a entender que esta conducta funciona. Dependiendo de la situación, puede ser necesario volver a solicitar la actividad. Si se hace esto es necesario esperar hasta que el estudiante se haya calmado y llegar a algún tipo de compromiso, hacérselo más fácil y apoyarlo en nuestro requerimiento.
- iii. Hablar o representar de forma visual la situación: En estudiantes con un buen nivel de comunicación puede ser útil hablar sobre lo ocurrido, esto puede proporcionarnos información acerca de cómo lo ha vivido, lo cual puede ayudar a prevenir que se repita en el futuro.
- iv. Hacerse cargo y responsabilizarse: Hacer al estudiante consciente, de que todos los compañeros tienen los mismos derechos y deberes. Por lo tanto, en caso de haber efectuado destrozos u ofensas se debe hacer cargo, ofreciendo las disculpas correspondientes, ordenando el espacio, y/o reponiendo los objetos rotos, conforme a las normas del establecimiento.

- v. Incluir a sus compañeros: se deberá procurar incluir en esta etapa, a los compañeros de curso, al profesor o a cualquier persona vinculada con los hechos. No sólo el estudiante que se desreguló necesita apoyo y ayuda, sino también su entorno.

5. PROFESIONALES A CARGO EN EL ESTABLECIMIENTO

En la prevención de la desregulación emocional, todos los profesionales que interactúan con el estudiante deben estar alerta a las señales de irritación y/o frustración, interviniendo de manera temprana para evitar las crisis. Esta responsabilidad es compartida por todos los involucrados, promoviendo un enfoque colaborativo y favoreciendo un abordaje efectivo.

Para ofrecer un acompañamiento específico, se designarán dos personas, ya sea docentes o asistentes de la educación, para intervenir directamente en caso de desregulación emocional en sus diversas etapas, priorizando a aquellos funcionarios que tengan contacto más cercano con el estudiante.

Los profesionales a cargo frente al abordaje de una desregulación emocional deben cumplir con un rol de mediador y acompañamiento directo del estudiante durante todo el proceso. Idealmente debe tener un vínculo previo de confianza con el estudiante. Para tal efecto, es importante crear instancias para que el estudiante cree vínculos con ellos.

En la etapa inicial son los profesores presentes en el momento quienes deben estar atentos a las señales y aplicar las estrategias mencionadas anteriormente. En caso de que la situación avance a la etapa de aumento, son los miembros del equipo de Convivencia Escolar quienes deben intervenir en apoyo del docente. Finalmente, en la etapa de descontrol, se debe incluir a un funcionario autorizado por el apoderado para realizar contención física si es necesario. Es fundamental seguir este protocolo escalonado para abordar la desregulación emocional de manera efectiva y segura para todos los involucrados.

En la intervención directa frente a una desregulación emocional, se debe procurar que el profesional asignado al estudiante esté en conocimiento absoluto de este protocolo y tenga la capacitación previa que se facilitará desde la institución, para de ser necesario aplicar las estrategias descritas en el caso de una etapa de descontrol. Cuando la situación sea liderada por el profesional a cargo se sugiere reducir la intervención de terceros en medida de lo posible.

Se debe contar con un canal de comunicación expedito entre el estamento docentes, los asistentes de la educación, el equipo directivo y el profesional a cargo, para informar la etapa de desregulación en la que se encuentra el estudiante y si esta puede ser manejada por el establecimiento o deben llamar al apoderado para que asista al estudiante, utilizando el medio más expedito posible.

Es deseable, al finalizar, dejar registro de la intervención en la respectiva bitácora para evaluar la evolución en el tiempo de las estrategias aplicadas, para continuar o realizar cambios en la forma de abordar la desregulación emocional de cada estudiante.

6. COLABORACIÓN CON LA FAMILIA

Se deben generar intervenciones acorde a las necesidades de cada estudiante, por esto es relevante la información que nos entrega el apoderado y profesionales externos, esta información debe estar constantemente actualizada y en conocimiento de los profesionales a cargo del abordaje de la desregulación emocional en el establecimiento. El apoderado debe estar informado y ser partícipe del protocolo a seguir, de las acciones, de los responsables del proceso y de los medios por los que será informado.