

EDITORIAL

Aulas inclusivas y neurodiversidad

El regreso a la rutina escolar puede ser un desafío para muchos niños y niñas neurodivergentes. La combinación de nuevos horarios, entornos y exigencias académicas y sociales puede gatillar ansiedad, inseguridad y desregulación emocional. No se trata de “falta de voluntad”, sino de un esfuerzo de adaptación mayor, que requiere anticipación y apoyos adecuados. Es decir, hay formas de hacer que este proceso sea más suave.

Montserrat Zamorano, coordinadora académica del Diploma de Habilidades Laborales de la Universidad Andrés Bello, da cinco recomendaciones para un regreso a clases respetuoso con los niños y niñas neurodivergentes.

1. Anticipa los cambios con apoyos visuales: Conversar con anticipación sobre cómo será el día a día y explicar horarios y trayectos puede disminuir la incertidumbre. 2. Practica la rutina en casa, paso a paso:

Ajustar progresivamente sueño y comidas, y ensayar la mañana escolar puede favorecer la adaptación. 3. Valida emociones y prepara un “kit de calma”: Escuchar preocupaciones y vali-



Un regreso respetuoso con la neurodiversidad se construye con claridad, consistencia y cuidado”.

dar lo que siente puede fortalecer la seguridad emocional. 4. Coordina con el colegio y acuerda un plan gradual: La comunicación familia-colegio es decisiva para reducir la ansiedad. 5. Observa señales de alerta y pide ayuda a tiempo: Si aparecen señales de ansiedad

intensa o dificultades para iniciar y terminar tareas, puede requerirse apoyo adicional.

La experiencia nos muestra que los pequeños ajustes marcan grandes diferencias. Anticipar con apoyos visuales, practicar rutinas en casa y validar emociones reduce la incertidumbre también.

Preparar un “kit de calma” y probar uniforme y materiales con tiempo evita molestias sensoriales innecesarias. En paralelo, la coordinación con el colegio —visitas previas, expectativas realistas y un adulto referente— ofrece una base segura para transitar las primeras semanas.

Un regreso respetuoso con la neurodiversidad se construye con claridad, consistencia y cuidado. Anticipar, practicar y coordinar no solo alivian la ansiedad, sino que también habilitan que cada estudiante despliegue sus fortalezas en un entorno que reconoce y acompaña sus necesidades.