

Neurodivergencia y regreso a clases

Señor director:

El inicio del año escolar suele celebrarse como un nuevo comienzo.

Para los niños neurodivergentes, sin embargo, también es un periodo de tensión: cambian los horarios, el entorno, las demandas sociales y académicas. No se trata de “falta de voluntad”, sino de un esfuerzo de adaptación mayor, que requiere anticipación y apoyos.

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. Preparar un “kit de calma” y probar uniforme y materia-

les 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.

También es importante observar señales de alerta: ansiedad persistente, dolores recurrentes, alteraciones del sueño, retrocesos en autonomía o dificultades para iniciar y terminar tareas. Si se mantienen, hay que activar el plan de apoyo y, de ser necesario, solicitar orientación profesional.

Montserrat Zamorano, académica UNAB