

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 una “falta de voluntad”, sino de un esfuerzo de adaptación mayor, que requiere anticipación y apoyos adecuados. Es decir, existen formas de hacer que este proceso sea más llevadero.

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

En primer lugar, señala que es importante anticipar los cambios con apoyos visuales. Conversar con anticipación sobre cómo será el día a día y explicar horarios y trayectos

puede disminuir la incertidumbre. También es clave practicar la rutina en casa, paso a paso: ajustar progresivamente los horarios de sueño y comidas, y ensayar la mañana esco-



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

lar, puede favorecer la adaptación.

Asimismo, es fundamental validar las emociones y preparar un “kit de calma”. Escuchar las preocupaciones y reconocer lo que siente el estudiante fortalece su seguridad emocional. Otro aspecto relevante es coordinar con

el colegio y acordar un plan gradual, ya que la comunicación entre familia y establecimiento resulta decisiva para reducir la ansiedad. Finalmente, recomienda observar señales de alerta y, de ser necesario, solicitar ayuda profesional a tiempo.

La experiencia demuestra que pequeños ajustes pueden marcar grandes diferencias. Anticipar con apoyos visuales, practicar rutinas en casa y validar emociones contribuye a disminuir la incertidumbre. Preparar un “kit de calma” y probar el uniforme y los materiales con anticipación evita molestias sensoriales innecesarias. En paralelo, la coordinación con el colegio —incluyendo visitas previas, expectativas realistas y la designación de 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.