

mente, la mayor virtud de nuestro progreso.

Patricio Pimentel Pérez
Presidente, Fundación Espacio Mejor

Neurodivergencia y colegio

● El inicio del año escolar suele celebrarse como un nuevo comienzo. Para niños, niñas y adolescentes neurodivergentes, sin embargo, también puede significar 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 adecuados.

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 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.

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, corresponde activar tempranamente el plan de apoyo y, de ser necesario, solicitar

orientación profesional.

Poner la neurodiversidad al centro no es una concesión: es una forma de calidad educativa. Cuando anticipamos, ajustamos y acompañamos, no solo disminuimos la ansiedad; también abrimos oportunidades para que cada estudiante aprenda desde sus propias fortalezas. Ese es el regreso a clases que debemos construir.

Montserrat Zamorano
Académica Diploma en
Habilidades Laborales
U. Andrés Bello, sede Viña del Mar

Desolación del recién egresado

● Finalizar una carrera universitaria es, por definición, un hito de realización personal. Sin embargo, para miles de nuevos profesionales en Chile, el “día después” se ha transformado en un tránsito marcado por la angustia y una sobreexposición a mensajes desalentadores.

Al ingresar a plataformas de búsqueda laboral, el recién egresado no solo se enfrenta a un mercado contraído, sino a una narrativa constante que prioriza el “saber venderse” por sobre la formación académica y el esfuerzo sostenido durante años de estudio. Se nos bombardea con la idea de que la preparación universitaria es insuficiente y que, sin la guía de “expertos en empleabilidad” o el dominio de algoritmos de inteligencia artificial, el fracaso es inminente. Como psicóloga recién egresada, ob-