

Produce



UNIVERSIDAD
CATÓLICA DE
TEMUCO

CERETI
CENTRO DE RECURSOS
TECNOLÓGICOS INCLUSIVOS
DIRECCIÓN GENERAL DE INCLUSIÓN
Y ACOMPAÑAMIENTO ACADÉMICO
VICERRECTORÍA ACADÉMICA

Valida



Protocolo de Respuesta frente a Desregulaciones Emocionales y Sensoriales

Octubre de 2025

Autoras:

Dra. Consuelo Martínez Astorga
Mg. Marcela Cisternas Vega
Mg. Sandra Garai Morales

Colaboradora:

PS. Faumeliza Herrera Barriga

Revisora normativa APA:

Mg. Nicole Maldonado Díaz

Validado por:

Servicio Nacional de
discapacidad, SENADIS

Diseño:

Melían Macalusso Trillat



Descripción de la portada

En la esquina superior izquierda se observan los logotipos institucionales del Centro de Recursos Tecnológicos Inclusivos (CERETI) de la Universidad Católica de Temuco (UCT) y del Servicio Nacional de la Discapacidad (SENADIS).

El título del documento es: “Protocolo de Respuesta frente a Desregulaciones Emocionales y Sensoriales”.

La ilustración central está realizada en blanco y negro. En ella se aprecia un edificio de la UCT, y en primer plano aparecen dos estudiantes: ambas sostienen un libro abierto y lo observan con atención, como si estuvieran estudiando juntas.

Índice

Palabras importantes (Glosario)	4 - 5
Introducción	6 - 7
Principios orientadores	7 - 8
Conceptualización	8 - 10
Prevención de la desregulación	10 - 14
Disposición personal para el abordaje de una situación de una desregulación	14 - 15
Momentos de una desregulación y como actuar frente a ello	15 - 19
Acciones reparatorias posteriores a la desregulación	20 - 22
Anexos	
Anexo 1: Contactos y horarios CERETI y PUSA	23
Anexo 2: Contrato de contingencia	24
Anexo 3: Bitácora de desregulación emocional y/o sensorial	25
Anexo 4: Protocolo de salida para el contacto de emergencia	26
Anexo 5: Protocolo de Salida Voluntaria	27
Fuentes de respaldo	28 - 30

1. Palabras importantes

- **Acuerdo o plan de contingencia:** Conjunto de acciones preventivas y responsivas desplegadas hacia el estudiantado autista a lo largo de su trayectoria educativa, cuyo propósito es mitigar su vulnerabilidad ante el entorno, o responder comprensiva y eficazmente ante conductas desafiantes de manejar para el contexto educativo, sea por su intensidad, naturaleza o temporalidad (Superintendencia de Educación superior, 2023).
- **Autorregulación:** Da cuenta de las formas en que las personas controlan sus propios pensamientos, emociones, impulsos y acciones para conseguir sus objetivos (Trías y Huertas, 2020).
- **Corregulación:** Apoyo emocional que una persona externa brinda a los niños en situaciones desafiantes, en el cual le ayudan con estrategias como el modelado en la expresión emocional, consuelo físico o verbal, apoyando la persistencia, el entusiasmo, la instrucción en resolver problemas, entre otros. Este sería un proceso parecido al “andamiaje” que facilita el progreso en la adquisición de habilidades de regulación de la persona en el Espectro Autista (Baker, Fenning & Moffitt, 2019).
- **DisCapacitismo:** Es una forma de discriminación o prejuicio contra las personas con discapacidad y se refiere a las actitudes, prácticas, políticas y sistemas que excluyen, estigmatizan o discriminan a las personas con discapacidades físicas, intelectuales o del desarrollo. Puede manifestarse de diversas formas, como suponer que las personas con discapacidad son menos capaces o inteligentes que las personas sin discapacidad, negarles el acceso a la educación o las oportunidades de empleo o no brindarles las adaptaciones o el apoyo necesarios para participar plenamente en la sociedad (People Force, 2015).
- **Elementos de Autoestimulación (Stimming Toys):** Son juguetes o artículos para adultos y niños que ayudan en el manejo del estrés, la ansiedad y mejorar la concentración, considerando que la autoestimulación o stimming consiste en la realización de movimientos repetitivos y del uso de objetos como forma de autorregulación (Es Hoy, 2021).
- **Elementos Sensoriales (Fidget Toys):** Son artículos diseñados para estimular uno o más sentidos, además de fomentar la conciencia corporal y el equilibrio; estos pueden ayudar a la diversión, pero principalmente a calmar el cuerpo, regular sus emociones y mejorar la concentración (Epstein, 2025).
- **Heterorregulación:** Proceso por el cual el cuidador o una persona externa toma por completo el control de la situación, en momentos de crisis o cuando la persona no tiene herramientas para autorregularse, esto implicaría orientaciones directas como la dirección conductual, instrucciones estructuradas y contención física (Ting, Weiss, 2017).
- **Hiperresponsividad:** Reacción de forma automática e inconsciente, cuando se activa el sistema simpático a causa de los estímulos recibidos a través de los sentidos, evidenciando sensibilidad sensorial, dando respuesta de lucha, huida o congelamiento a estímulos, tales como: etiquetas en la ropa, luces destellantes, sonidos persistentes o estridentes, lociones y alimentos (Pizarro et al., 2022).

- **Hiporresponsividad:** Baja estimulación por las diferentes vías sensoriales, no respondiendo a estímulos, presentando ausencia de respuesta al dolor, como por ejemplos golpes, caídas o cortes; o temperaturas extremas que pueden ser calientes o frías, en movimiento, tocar texturas, mezclar sabores y texturas o necesidad de abrazos (Pizarro et al., 2022).
- **Meltdown:** Desregulación emocional, expresada a través de gritos, llantos, aislamiento, autolesiones y stimming reguladores. Suele provocarse por una sobrecarga de estímulos (Meltdown: Desregulación emocional, expresada a través de gritos, llantos, aislamiento, autolesiones y stimming reguladores. Suele provocarse por una sobrecarga de estímulos. (Lidia Rosa et al. 2023).
- **Mutismo situacional:** Condición en la cual una persona puede hablar, sin embargo no habla en situaciones en las que se espera que lo haga, en base al contexto que está vivenciando, incluso en momentos de lesiones graves cuando necesitan ayuda urgente (Goodwin, s.f.).
- **Neurodivergencia:** Condición del funcionamiento neurocognitivo significativamente diferente de un rango típico o común (Special Olympics, 2023).
- **Persona en el Espectro autista:** Aquéllas que presentan una diferencia o diversidad en el neurodesarrollo típico. Se manifiesta en desafíos significativos en la iniciación, reciprocidad y mantención de la interacción y comunicación social, así como también en la existencia de intereses profundos. El espectro de desafíos significativos en estas áreas es amplio y varía en cada persona (Ley 21.545, 2023, art. 2).
- **Regulación Emocional:** Es la alusión a “los procesos externos e internos responsables de monitorear, evaluar y modificar nuestras reacciones emocionales para cumplir nuestras metas” (Thompson et al., 1994, p. 27-28). Entendiéndose como una habilidad que permite a la persona adaptarse a las diferentes exigencias y estímulos del ambiente, y se establece como un proceso que abarca respuestas comportamentales, cognitivas y fisiológicas. También se entiende como la capacidad de identificar, comprender y manejar las emociones en uno mismo y en los demás (Fernández et al., 2005).
- **Regulación Sensorial:** Es la habilidad del sistema nervioso para gestionar y procesar los estímulos sensoriales de manera equilibrada. Cuando este proceso funciona correctamente, la persona puede responder de manera flexible y adaptable a las demandas del entorno. Sin embargo cuando existe una dificultad en la regulación sensorial se pueden observar reacciones exageradas, falta de respuesta o conductas desorganizadas frente a estímulos cotidianos (Lorenzini, N.S.f.).
- **Shutdown:** Respuesta “hacia adentro”, interiorizada, silenciosa y poco reactiva a la sobreestimulación o estrés extremo. Es decir, la persona autista en shutdown aparenta estar aislada, parcial o totalmente desconectada del entorno, limitándose a hacer un trabajo mínimo para sobrevivir. Pueden presentarse retrocesos notorios de los saberes aprendidos y episodios de mutismo situacional que es la imposibilidad de verbalizar de forma voluntaria (Valle Ocando, A., 2022).
- **Stimming:** Cualquier forma de autoestimulación de tipo sensorial, emocional o cognitivo, que puede o no tener una función expresiva y se da de forma repetitiva, ya sean movimientos corporales, sonidos, palabras e incluso fijar la atención a objetivos en movimientos (Valle Ocando, A., 2022).

2. Introducción

En el contexto universitario, donde confluyen múltiples desafíos y demandas cognitivas, sociales y emocionales, es fundamental reconocer que el estudiantado especialmente aquellos en el Espectro Autista puede enfrentar momentos de Desregulación Emocional o Sensorial. Estas situaciones pueden estar relacionadas con sobrecargas de diversa índole: estrés académico, condiciones del entorno físico, dinámicas interpersonales complejas o características del neurodesarrollo. De esta forma, la desregulación puede manifestarse de diversas maneras, desde expresiones emocionales visibles hasta bloqueos internos más difíciles de detectar y requiere ser comprendida no como un signo de debilidad o inadecuación, sino como una respuesta humana legítima ante contextos que superan los recursos adaptativos disponibles en ese momento, presentándose respuestas específicas que deben ser acogidas con comprensión y apoyo.

Comprendiendo que la desregulación es una respuesta psicológica inherente al ser humano, y que por tanto cualquier estudiante podría vivenciarla, es la carrera quien debe activar las redes internas o externas necesarias para dar respuesta a sus requerimientos.

En el caso de estudiantes autistas que participan de los acompañamientos de CERETI, es esta unidad quien apoyará las acciones preventivas y de reparación psicológica. De este modo, este protocolo se enmarca tanto en la Ley 20.422 que establece normas sobre Igualdad de oportunidades e Inclusión Social de Personas con Discapacidad, como en la Ley 21.091 sobre Educación Superior que indica que el “sistema promoverá la realización de ajustes razonables para permitir la inclusión de las personas con discapacidad”. Lo anterior se ve reforzado con la nueva Ley 21.545, promulgada el año 2023, 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”. Así como también en las recientes orientaciones para la implementación de esta última Ley referidas por el Ministerio de Educación de Chile (MINEDUC) para las instituciones de Educación Superior que indican la elaboración y difusión de protocolos de respuesta de este tipo, que no sobrepone al Reglamento del Estudiante, en este caso, de la Universidad Católica de Temuco.

El adecuado actuar frente a estas situaciones puede hacer la diferencia, por ello este Protocolo busca dar respuesta a todo estudiante que lo requiera y especialmente al estudiantado autista, con el fin de promover una cultura institucional basada en el respeto, la regulación emocional, la inclusión y la reducción del malestar psicológico, por medio de acciones que pueden prevenirlas y aquellas que se deberían implementar posteriormente para trabajar estrategias de afrontamiento. Así, esta herramienta está dirigida a toda la comunidad universitaria, con el propósito de contribuir al bienestar integral, la permanencia y la participación activa de todas y todos.

Este protocolo fue elaborado de manera colaborativa entre diferentes profesionales de Unidades de la Universidad que trabajan con el estudiantado, siendo revisado y validado, tanto en su contenido como en su accesibilidad, por el Servicio nacional de discapacidad (SENADIS).

Este documento consta de los siguientes apartados: una breve conceptualización sobre desregulación; los principios que sustentan este protocolo; acciones preventivas; disposición personal para el abordaje de una desregulación; momentos de una desregulación y cómo actuar frente a ello; acciones reparatorias posteriores a la desregulación; referencias bibliográficas y anexos con material complementario.

3. Principios orientadores

Ante situaciones de Desregulación es importante guiarse por Principios Generales que garanticen la dignidad de las personas, la promoción del bienestar y la creación de entornos educativos respetuosos y comprensivos. En el contexto universitario, estos principios son fundamentales para garantizar el respeto y el bienestar de toda la comunidad. De esta manera los Principios Fundamentales que este protocolo considera son:

- **Respeto y valoración a la diversidad:** este Protocolo reconoce que el ser humano presenta una amplia gama de formas válidas de procesar, sentir y responder al entorno, promoviendo una visión que valora las diferencias individuales como parte de la riqueza colectiva, siendo este principio parte de las competencias, sello identitario y modelo educativo de nuestra Universidad.
- **Cultivar el diálogo:** fomentar la comunicación abierta y respetuosa como medio para construir relaciones interpersonales y resolver conflictos de manera constructiva.
- **Equidad:** garantizar la igualdad de oportunidades y trato justo para todos los miembros de la comunidad, reconociendo la diversidad de necesidades y contextos.
- **Cuidado de la dignidad humana:** promover un ambiente donde se respete la integridad física y emocional de cada persona, rechazando cualquier forma de violencia, abuso o discriminación. De esta forma se establece que ninguna situación de desregulación justifica uso de prácticas coercitivas, invasivas o estigmatizantes, además de implicar el deber de abstenerse de emitir juicios sobre la forma en que una persona reacciona frente a una situación de sobrecarga, cuidando que las intervenciones sean empáticas y no generen exposición pública o daño emocional, evitando cualquier forma de discriminación o infantilización.
- **Compromiso con el bien común:** trabajar por el bienestar de la comunidad universitaria y de la sociedad en general, a través de acciones que promuevan la justicia social y el desarrollo sostenible.

- **Centralidad en la Persona:** se reconoce la autonomía, singularidad y derechos de cada persona, destacando que la respuesta no debe ser estandarizada, sino lo suficientemente flexible, respetuosa y dialogada, de modo que los apoyos e intervenciones consideren las necesidades individuales, colaborando en favorecer la participación activa de la persona en su proceso de regulación, siempre que su estado general lo permita.
- **Confidencialidad y Resguardo de la Privacidad:** se debe asegurar la confidencialidad de la información personal y el resguardo de la privacidad de las personas involucradas, de modo que cualquier registro o derivación deberá contar con el Consentimiento Informado de la persona, salvo en casos de riesgo vital o extremo.
- **Prevención y Promoción del Bienestar:** este Protocolo se orienta no solo desde la intervención, sino desde la prevención de factores que generen posibles desregulaciones y desde la promoción activa del bienestar en la comunidad universitaria, lo que implica ambientes seguros, prácticas y acciones que lo favorezcan.

4. Conceptualización vinculada a la desregulación:

Según Ernesto Reaño (2023) la desregulación en estudiantes autistas se refiere a los desafíos para gestionar y responder a sus emociones y estímulos sensoriales de forma adecuada, provocando reacciones intensas que pueden manifestarse como crisis de llanto, gritos, pérdida del control conductual, o por lo contrario, como un bloqueo.

Desregulación Emocional y Sensorial: Características y Formas de Manifestación

La desregulación emocional o sensorial es una respuesta del organismo ante una sobrecarga interna o externa. Esta puede ocurrir a cualquier persona, aunque se presenta con mayor frecuencia e intensidad en ciertos grupos, por ejemplo, personas neurodivergentes. La Desregulación no debe entenderse como una conducta disfuncional, sino como una señal legítima de malestar o colapso emocional o sensorial, que requiere ser comprendida, contenida y acompañada adecuadamente.

A) Tipos de Desregulaciones

- **Desregulación Emocional:** Se refiere a los desafíos para manejar, expresar o modular emociones intensas. Puede presentarse como ansiedad elevada, enojo desbordado, llanto incontenible, frustración extrema o sensación de bloqueo emocional. A menudo está asociada a la percepción de injusticia, sobrecarga académica, conflictos interpersonales o autoexigencia (Thomson, 2019; Linehan, 1993).

Algunos desencadenantes: obtener una calificación más baja de la esperada, problemas familiares, segregación en el aula, discriminación o no aceptación de su diagnóstico por parte de su entorno, desafíos para hacer amigos y establecer límites, sobreempatía, entre otros.

- **Desregulación Sensorial:** a partir de la tendencia de procesamiento sensorial de la persona, se pueden presentar reacciones observables, frente a estímulos del entorno o del propio cuerpo. En el caso de las personas que tienen hipersensibilidad, se pueden presentar conductas de evitación, como taparse los oídos, salir del espacio o elevar la voz. En el caso de las personas con hiposensibilidad, pueden presentar pérdida de postura o búsqueda del movimiento. En ambos casos estas tendencias de procesamiento sensorial influyen en el comportamiento, y la atención de la persona. Es importante que sean conocidos, para que las personas sean capaces de poner en práctica estrategias de autorregulación, y que éstas sean comprendidas y respetadas. Cuando las demandas superan las estrategias de autorregulación se puede presentar una desregulación, y que al tener una base de origen sensorial se podría denominar “desregulación sensorial”.

Algunos desencadenantes: Ruido fuerte y agudo, luces parpadeantes e incandescentes, lugares muy concurridos como el transporte público, ropa con etiquetas que generan picor, alturas, sobreestimulación en el traslado hacia la universidad, bocinas de los autos, luces, humo del cigarro, actividades masivas con alto nivel de volumen, entre otras (Skill Point Therapy, 2024).

- **Desregulación Mixta:** es la forma más frecuente, ya que la sobrecarga sensorial puede detonar expresiones emocionales intensas y viceversa. Por ejemplo, una sala ruidosa o iluminada con luces blancas puede generar angustia intensa, que derive en un estado emocional angustioso o en la necesidad urgente de abandonar el espacio.

Formas de Manifestación de la Desregulación Emocional o Sensorial

- **Externalizada (Meltdown):** Se manifiesta hacia el entorno. Incluye gritos, llanto, salir corriendo, arrojar objetos, golpear una superficie o hablar en voz muy alta. Estas conductas suelen ser mal interpretadas como indisciplina, cuando en realidad son formas de desahogo emocional ante una sobrecarga (Reframing Autism, 2025; Autism Research Institute, 2024).
- **Internalizada (Shutdown):** La persona se cierra emocionalmente, deja de hablar o responder, se queda inmóvil, se retira sin avisar, evita cualquier contacto. Aunque es menos visible, esta forma puede ser igual o más angustiante para quien la vive (Reframing Autism, 2025; Autism Research Institute, 2024).
- **Alternante:** En algunas personas puede observarse una oscilación entre ambos extremos, por ejemplo, primero verbaliza con intensidad y luego entra en un estado de bloqueo o mutismo.

Ante todo esto, es importante destacar que no toda desregulación proviene de las características del diagnóstico que posee la persona, el ambiente también puede propiciarla cuando se da un contexto potencialmente ‘hostil’ y la persona no gestiona de manera eficiente sus herramientas de afrontamiento. Es importante destacar que existe una relación entre regulación emocional y sensorial, ambas influyen en la otra. Además, las desregulaciones son relevantes como una forma de comunicar, por ejemplo expresar malestar o dolor. Bajo esta perspectiva, en lugar de tratar de eliminar la conducta, sería mejor preguntarse qué la motiva, cuál es su finalidad, para luego promover habilidades y enseñar otras estrategias de afrontamiento para prevenirlas y sustituirlas por otras de mayor bienestar para la persona (Autismo Andalucía, 2018).

5. Prevención de la Desregulación

Siempre es recomendable invertir tiempo y recursos para prevenir proactivamente una desregulación (Tinaquero et al., 2021). Más allá de la respuesta a la situación, es relevante promover la minimización de factores de sobrecarga emocional o sensorial (Tinaquero et al., 2021), considerando que las personas autistas enfrentan una demanda mayor respecto al entorno que les resulta estresante. Por ello, a continuación se indican acciones preventivas para una desregulación que todos podemos aplicar (MINEDUC, 2022), considerando aquellas que se ajusten de mejor manera a las funciones o actividades que estén realizando y al grado y capacidad de autorregulación que posea el estudiantado:

5.1 Acciones Preventivas de una Desregulación

A) Detección Temprana de Necesidades.

Recolección e identificación de forma voluntaria, accesible y respetuosa, de información relevante de los estudiantes, anticipando factores, situaciones o antecedentes que podrían desencadenar una desregulación, potenciando el acompañamiento desde el comienzo.

Carreras:

- Es importante que cada carrera implemente acciones, por ejemplo en la semana TEVU, que le permita conocer las características de sus estudiantes, generando un vínculo que permita identificar sus necesidades.
- Identificar elementos del entorno que habitualmente preceden a la desregulación y generar mecanismos que minimicen el malestar sensorial que pudieran producir, como por ejemplo: reducir la luminosidad de la sala, solicitar levantar las sillas al moverse, entre otros.
- Identificar, mediante la revisión de los ajustes razonables entregados por CERETI a las jefaturas de carrera, a estudiantes autistas que pueden estar en riesgo de tener una desregulación.

CERETI:

Aplicar por parte de CERETI una encuesta breve a estudiantes que declararon autismo o discapacidad durante el proceso de matrícula, para identificar sensibilidades sensoriales, antecedentes de desregulaciones, estrategias de autorregulación, entre otros. Dicha encuesta podrá ser realizada en cualquier momento del semestre, en el caso de nuevos ingresos de estudiantes autistas.

Posterior al proceso de matrícula, CERETI informa a cada Jefatura de Carrera aquellos estudiantes autistas de nuevo ingreso que autorizaron y solicitaron sus respectivos ajustes razonables.

B) Identificación de Señales Tempranas de Desregulación.

Observación y reconocimiento de manifestaciones individuales y progresivas que anteceden a una posible desregulación. Su identificación oportuna permite activar estrategias de contención y acompañamiento antes de que se intensifique la desregulación, promoviendo una respuesta cuidadosa, no punitiva y centrada en el bienestar de cada estudiante (Reframing Autism, 2025).

Carreras:

- Observar activamente la conducta y estado emocional de su estudiante, especialmente en situaciones que impliquen alta demanda académica, social o sensorial.
- Reconocer señales previas relacionadas a las desregulaciones: ansiedad, inquietud, aumento de movimientos estereotipados, desatención, conductas impulsivas, aislarse de sus pares, dificultad para comunicarse, incomodidad, uso de groserías, aumento del volumen de la voz, entre otros.
- Reconocer elementos del entorno físico que pueden desencadenar una desregulación, como la presencia de luces incandescentes, ruidos u olores fuertes. En los casos en que no se puedan disminuir, es necesario permitir y sugerir el uso de tapones de oído, audífonos aislantes de ruido, mascarilla o gafas oscuras según sea el caso.

C) Promoción de la Educación Emocional y Habilidades de Autorregulación.

Fomentar el desarrollo de estrategias personales y colectivas para la regulación emocional y sensorial.

Carreras:

- Reconocer los momentos en que la persona está preparada para aprender, ya que no se puede enseñar en momentos previos o durante una desregulación.
- Otorgar tiempos de relajación o descanso en actividades o clases extensas, para las personas que tienen antecedentes anteriores de desregulación emocional o sensorial, respondiendo a lo establecido en sus ajustes razonables. Estos pueden ser al inicio de la actividad o en un momento intermedio incorporando pausas activas con una breve actividad de estiramiento, relajación, respiración consciente, entre otras.

- Permitir el uso de elementos de Autoestimulación o Stimming Toys, objetos de apego u otros elementos o movimientos de relajación durante la clase y evaluaciones.
- Fomentar en el estudiantado la identificación de emociones, estados fisiológicos y respuestas sensoriales.
- Promoción de un lenguaje emocional accesible, reconociendo diversas formas de comunicar (oral, escrita, gráfica, corporal, entre otros.).

CERETI:

- Formación en técnicas de regulación accesibles y adaptables, tales como: respiración diafragmática o cuadrada, técnica de anclaje sensorial como usar un objeto, sonido o textura para reconectarse; movimientos rítmicos o pausas activas para canalizar la tensión.
- Promover el diseño de un “Kit Personal de Autorregulación” que incluya: lista de recursos que le ayudan a volver a la calma, frases de autoafirmación, objetos reguladores como audífonos; Juguetes Sensoriales o Fidget Toys, aromaterapia, entre otros.
- Formación en resolución de problemas paso a paso.
- Identificación de pensamientos automáticos desreguladores.
- Educar en estrategias de autocuidado.
- Fomentar la construcción de un plan personal de afrontamiento que incluya: qué hacer cuando me abrumo, cómo comunicar que necesito una pausa, qué personas o espacios me ayudan a recuperar el equilibrio, entre otros.
- Promover el uso de rueda de emociones, termómetro emocional, mapa de pensamientos, entre otros.

D) Previsibilidad y Claridad Comunicacional.

Generar condiciones en los espacios universitarios predecibles, organizados y accesibles, minimizando factores que contribuyen a estados de desregulación (Tinaquero et al., 2021).

Carreras:

- Entregar y presentar, desde el primer día, la Guía de Aprendizaje del curso con evaluaciones, plazos, actividades grupales, entre otros, con señalización de aquellos eventos centrales en la planificación.
- Potenciar el aprendizaje de estrategias de comunicación asertiva para pedir ayuda o solicitar ajustes.
- Comunicar, ya sea por correo, plataforma o cualquier otra vía formal, con la mayor anticipación posible cualquier modificación relevante en los formatos, actividades, horarios o contenidos.
- Utilizar lenguaje claro, directo y explícito en las instrucciones académicas, en indicaciones para trámites u otro similar, evitando ambigüedades. Dentro de lo posible, entregar informativos visuales y explicativos de dichas indicaciones.
- Reforzar verbal y visualmente (por ejemplo: por correo o en plataforma) los cambios o

recordatorios importantes, para disminuir la carga cognitiva.

- Facilitar la comunicación, considerando la retroalimentación que las propias personas autistas pueden brindar para prevenir posibles situaciones de desregulación, por ejemplo, preguntar si hay algo que se debería cambiar en la clase, reunión o cualquier instancia universitaria, que le pudiera estar molestando.
- Respetar las formas de expresión y tiempos de comunicación de cada persona.
- Promover la escucha activa y la empatía en las interacciones cotidianas.
- Considerar la participación de las propias personas autistas en el diseño de actividades o propuestas.
- Desarrollar actividades, clases, talleres u otros con una rutina y estructura clara, consistente y predecible.
- Ajustar el nivel de exigencias considerando no solo el nivel de competencias de la persona en la tarea, sino también el estado de regulación emocional en el que se encuentra en el momento, firmando un acuerdo entre docente y estudiante.

CERETI:

- Potenciar el aprendizaje de estrategias de comunicación asertiva para pedir ayuda o solicitar ajustes.

E) Acciones y Contextos Inclusivos y Accesibles.

Favorecer espacios universitarios que valoren la diversidad sin juicio, las relaciones respetuosas y prácticas que previenen la sobrecarga emocional y sensorial, y reducen posibles factores desreguladores.

Carreras:

- No incurrir en prácticas coercitivas, estigmatizadoras o infantilizadoras.
- Evitar forzar el trabajo en grupos, considerar que el trabajo en dupla ya constituye grupo.
- Cambiar la realización de la actividad o los recursos que se están utilizando, por ejemplo: permitir trabajar con el computador o celular en lugar de escribir manualmente.
- Respetar los momentos de soledad de la persona, si es necesario permitir que salga del espacio en el que se encuentra como: la sala de clases, laboratorio, sala de reuniones, entre otros. Esto le permitirá tranquilizarse y posteriormente regresar a la actividad que estaba realizando (Aron, 2010).
- Equilibrar, dentro de lo posible, tareas más demandantes con otras que no lo son tanto.
- Contar con acuerdos de convivencia en los diferentes espacios, por ejemplo, respeto de turnos de habla, horario de llegada, brindar un break en clases o reuniones extensas; considerar además que todas las personas desean entregar su opinión, por lo cual, es importante saber cuándo intervenir para dar el turno a otras personas.
- Informar previamente actividades en los campus que puedan tener alta concurrencia de público y de estímulos auditivos, para que las personas tomen los resguardos pertinentes.
- En actividades remotas, solicitar los micrófonos apagados para evitar los ruidos de fondo, como también no forzar a encender la cámara.

- Reconocer elementos del entorno social que pueden desencadenar una desregulación, como exponer a la persona a aglomeraciones, la falta de respeto de turnos de habla y la falta de inclusión en el grupo por parte de los pares; además de una comunicación poco clara, entre otras.
- Promover relaciones de confianza por medio de actividades de carrera, entre el estudiantado, con docentes, asistentes u otros profesionales de la institución que faciliten la escucha activa, la validación emocional y una comunicación asertiva.
- Favorecer un clima relacional respetuoso, predecible y seguro tanto en aulas como en espacios comunes de los campus.

6. Disposición Personal de integrantes de la comunidad universitaria para el Abordaje de Situaciones de Desregulación

El manejo de una Desregulación Sensorial o Emocional requiere que las personas que abordarán dichas situaciones, en forma inicial por ser quienes se encuentran en dicho contexto, consideren ciertas **Disposiciones Personales** que les permitan acompañar de manera efectiva, evitando fomentar situaciones de riesgo, tanto para otros como para sí mismos. Esto se refiere al conjunto de actitudes, emociones, habilidades y conciencia que una persona pone en juego al enfrentarse a situaciones de este tipo. A continuación, se describen aspectos fundamentales que deben considerarse:

A) Gestión Propia: Antes de acompañar, es importante reconocer y gestionar las propias emociones; ante situaciones de desregulación es común experimentar nerviosismo, angustia o impulsos de control, pero reaccionar desde ese estado puede intensificar el malestar de la persona desregulada, por ello es recomendable:

- Conocer este Protocolo.
- Hacer una pausa breve para observar cómo me siento antes de actuar.
- Respirar profundamente y mantenerse centrado.
- Evitar respuestas reactivas como levantar la voz, tocar sin permiso, emitir juicios o comenzar a pedir ayuda excesiva.
- Si por motivos personales no se siente en condiciones para realizar esta contención inicial, debe buscar a otra persona que se encuentre en mejores condiciones para hacerlo, para no exponer su salud mental y la de los demás.
- Ser receptivos a sugerencias posteriores para mejorar futuras intervenciones.
- Es importante sugerir que los equipos directivos de cada unidad, generen o promuevan instancias de capacitación para sus docentes, profesionales y/o funcionarios en este protocolo de respuesta, e instancias de autocuidado de salud mental de modo que puedan afrontar con más tranquilidad este tipo de situaciones.

B) Actitud Empática, Escucha Activa y Respeto: Las desregulaciones no son una falta de voluntad ni una conducta malintencionada, es una respuesta involuntaria frente a una sobrecarga; de manera que la empatía permite comprender esto sin caer en discapacitismo, atendiendo a señales no verbales y necesidades implícitas, y actuar desde una posición de respeto a la experiencia subjetiva del otro y ofrecer contención sin invadir, por ello es recomendable:

- Actuar desde el principio del mínimo daño posible y priorizar la seguridad de la persona.
- Recordar que no se trata de “resolver” la situación, sino de acompañar con respeto.
- Preguntar si desea ayuda sin insistir, validar el malestar sin minimizarlo y ajustar su lenguaje a la situación, estableciendo una comunicación clara y precisa con voz calmada, priorizando un lenguaje no verbal que transmite serenidad, por ejemplo: «veo que no te sientes bien, estoy aquí para ayudarte si lo necesitas».
- Evitar tocar, mover o forzar a la persona salvo que haya riesgo vital.
- Preguntar a la persona (si es posible) cómo suele regularse o qué necesita, y en cualquier caso no interrumpir las estrategias personales de autorregulación que la persona esté intentando utilizar, por ejemplo: movimientos repetitivos, mirar hacia abajo, entre otros.
- Evitar interpretar el episodio como una falta de control o conducta inapropiada, o asumir que “sabemos lo que es mejor” para la otra persona.
- Evitar utilizar etiquetas como “persona difícil, problemática o conflictiva”.

7. Momentos de la Desregulación

Comprender que la Desregulación Emocional o Sensorial es un proceso que ocurre en fases o momentos permite a la comunidad actuar de manera informada, respetuosa y efectiva. Suele no tratarse de un evento repentino y aislado, sino de un continuo, no predecible, que puede comenzar con señales sutiles de malestar y escalar progresivamente si no se brinda el apoyo necesario. Reconocer estas etapas favorece la implementación oportuna de estrategias de contención, minimiza la posibilidad de desregulaciones mayores y respeta los ritmos de recuperación de cada persona.

La Desregulación Emocional o Sensorial suele manifestarse a través de señales progresivas que, si son correctamente identificadas, permiten una intervención oportuna y respetuosa antes de que se intensifiquen. Estas señales varían de una persona a otra, por lo que es fundamental poner atención a los cambios en el comportamiento habitual, evitando interpretaciones moralizantes o sancionatorias. Ahora bien, es posible que previo a que se produzca la desregulación la persona busca regular o reajustar el ingreso de los diversos estímulos contextuales, pero algunas conductas realizadas para ese propósito

generan consecuencias en el entorno o en las personas, quienes pueden percibirlos como no deseables o inadecuados (Reframing Autism, 2025). A continuación se revisará cada momento o fase de una Desregulación:

7.1 Momento Inicial de una Desregulación

En el momento inicial de una Desregulación, también llamada fase de alerta o fase de saturación incipiente, la persona comienza a experimentar un malestar interno que aún no se ha desbordado, pero ya interfiere parcialmente con su capacidad de autorregulación o funcionamiento habitual (Porges, 2011).

La persona aún tiene oportunidad para autorregularse si se detecta a tiempo.

Se produce una intensificación de respuestas de hiper o hiposensibilidad sensorial a sonidos, luces, olores, texturas o actividades multitudinarias que se vuelven agobiantes o dolorosas.

Señales observables:

- Aumento de conductas autorregulatorias de manos, piernas, pie, cabeza, ojos.
- Distracción, mirada ausente, como si no estuviera presente en la situación actual.
- Cambios en la comunicación: monosílabos, silencio repentino, cambios en el tono de voz o irritabilidad, voz temblorosa, evidenciando ganas de llorar o procesamiento de la información más lento.
- Tensión corporal como puños cerrados, rigidez, entre otros.
- Uso repetitivo de objetos reguladores.
- Aislamiento o silencios inusuales.

Ayuda o acompañamiento:

- Validar sin invadir: «comprendo lo que expresas»
- Ofrecer espacios reguladores como la sala SER (1), o dar posibilidades de salir del espacio.
- Reducir estímulos del entorno como ruido, luces, presión.
- Permitir uso de estrategias conocidas como audífonos, objetos, movimientos, entre otros.
- Recordar herramientas de autorregulación sin exigir, por ejemplo, respiración cuadrada, técnicas de relajación Jacobson, entre otras.
- Ofrecer pausa o movimiento regulador. Por ejemplo: puedes salir de la sala si deseas, ir al baño, caminar, beber agua

(1) La sala de autorregulación ubicada en el Portal TEVU, edificio 9 del Campus San Francisco y en Portal del Estudiante edificio 4 del Campus Juan Pablo II, podrá ser utilizada en el siguiente horario de lunes

a viernes desde las 09.00 a 13.00 y de 14.00 a las 17.00 hrs., debiendo considerar que esta sala cumple el objetivo de que la persona pueda regularse por sí misma, ya que ésta no cuenta con un profesional permanente que asista a los estudiantes, en caso que la desregulación sea intermedia o avanzada la persona que entrega el acceso a la SER solicitará el acompañamiento de un profesional capacitado en primeros auxilios psicológicos, quien evaluará la derivación al PUSA.

7.2 Momento Intermedio de Desregulación

En esta etapa se observa un aumento en las características de desregulación evidenciándose la ausencia de autocontrol inhibitorio y cognitivo, riesgo para la persona o para quienes lo rodean. La Fase Intermedia o conocida también como Fase de Escalada es el momento en que se intensifican las respuestas emocionales o sensoriales frente a un estímulo interno o externo percibido como amenazante o abrumador que genera respuestas conductuales de lucha, huida o congelamiento interno (Porges, 2011). En esta etapa, la persona aún conserva cierto grado de control, aunque su capacidad de autorregulación se ve comprometida progresivamente. La intervención en esta fase es clave para evitar una escalada hacia una fase avanzada. Las estrategias deben centrarse en reducir demandas, validar emociones, ofrecer opciones concretas y adaptar el entorno, sin recurrir a medidas punitivas ni confrontacionales (Greene, 2014; Delahooke, 2019).

Señales observables:

- Aumentan las señales de la fase inicial, además de lo siguiente.
- Tono de voz elevado o cortante.
- Comentarios como “esto me supera”, “no puedo más”.
- Aumento en la inquietud motora, como: moverse, golpear la mesa, salir de la sala.
- Hipersensibilidad a estímulos, como: cubrirse los ojos u oídos, quejarse de la luz, entre otros.
- Aislamiento repentino, desconexión o quedarse en silencio.
- Impulsividad leve como tirar objetos, cerrar el computador con fuerza, entre otros.

Ayuda o acompañamiento:

- En esta fase las acciones no son sugerencias y deben ser dirigidas e intencionadas. Si ya aplicó las estrategias de la fase inicial, se sugiere realizar las siguientes acciones:
- Evitar juicios, confrontaciones o presionar para continuar con la tarea.
- Ofrecer opciones de cambio de espacio: ir a la sala SER, salir al aire libre.
- Ofrecer alternativas de comunicación: pictogramas, mensajes de texto, escritura en el computador, entre otros.
- Realizar en conjunto con la persona estrategias de respiración y relajación.
- Llamar al contacto de emergencia solo si después de 30 minutos la persona no ha logrado la regulación, o ésta se intensifica.

7.3 Momento o Fase Avanzada de Desregulación

Esta Fase de la Desregulación Emocional o Sensorial corresponde a lo que también se conoce como Crisis en la que la persona pierde parcial o totalmente la capacidad de autorregulación. El sistema nervioso entra en un estado de hiperactivación o colapso total, y las funciones ejecutivas como: la toma de decisiones, la planificación o la comunicación se ven fuertemente interferidas (Reframing Autism, 2025). En el caso de estudiantes autistas, esta fase suele estar precedida por factores acumulativos como la sobrecarga sensorial, el estrés académico, la ansiedad social, y el agotamiento de sostener el “camuflaje” (masking).

En este sentido, algunas consideraciones fundamentales a tener en cuenta son las siguientes:

- **No es voluntario**, la persona no está eligiendo comportarse así, y no podría haber anticipado conscientemente que esto iba a ocurrir.
- **La persona no responderá a amenazas, sermones ni a consecuencias.**
- Puede sentirse **desorientada o extremadamente vulnerable**.
- En muchos casos, después de la desregulación aparece **culpa, vergüenza o agotamiento extremo**.

Señales observables:

- Llanto intenso, gritos o verbalizaciones desbordadas.
- Salir corriendo del aula o de un espacio.
- Inmovilidad o estado de “colapso”.
- Pérdida del lenguaje hablado.
- Desorganización motora como dificultades para caminar o moverse.
- Agresión física hacia sí mismo o a otras personas.
- Destrucción de equipamiento del espacio en que se encuentra o pertenencias de otras personas.
- Acciones de intención o manifestación suicida.
- Muestra signos de deterioro significativo de conciencia, desconexión profunda o síntomas físicos severos.

Ayuda o acompañamiento:

Contactar inmediatamente al Programa Universitario Saludable (PUSA), quienes deben concurrir al lugar donde está la persona para realizar una evaluación primaria y decidir si debe ser derivada a un centro asistencial, y notificar a las personas de apoyo.

Mientras espera la llegada del PUSA usted puede:

- Retirar a las personas que se encuentren alrededor, quitar elementos riesgosos, tales como cortantes, punzantes, entre otros.
- Evitar contacto físico y no invadir el espacio personal.
- No exigir respuestas ni explicaciones en el momento.
- Eliminar estímulos como ruido, luces, entre otros.
- Usar frases breves de contención, por ejemplo: “Estás a salvo”, “Estoy aquí”.
- Sólo si es necesario, colaborar en mover a la persona si el contexto es adverso, ejemplos: si está a la lluvia, hace frío, en exposición directa al sol, entre otros. Evalúe si quiere y puede caminar, moverse o sostener su cabeza.

7.4 Momento de recuperación

La recuperación después de una desregulación implica acciones para ayudar a la persona a volver a un estado de calma, donde puede sentir agotamiento, vergüenza o arrepentimiento. Para ello es importante otorgar un ambiente seguro y compasivo, considerando acompañamiento emocional que heterorregule las emociones y conductas.

Johnson et al. (2025) destacan que en esta fase la persona autista puede experimentar que su cerebro se vuelve a conectar poco a poco con su cuerpo, permitiendo hablar, moverse y comprender paulatinamente al profesional que lo acompañe. La recuperación de una desregulación emocional y sensorial es un proceso que requiere tiempo, paciencia y apoyo. El objetivo final es ayudar a la persona a desarrollar habilidades para regular sus emociones y conductas de manera efectiva y saludable.

Señales observables:

- La persona comienza a disminuir la intensidad de sus emociones y a recuperar el control de sus acciones.

Ayuda o acompañamiento:

- **Crear un ambiente seguro:** Mantener la calma, hablar con voz suave y evitar el enojo o la confrontación. Por ejemplo: acompañar en silencio en un costado de la sala donde esté su estudiante favoreciendo el reconocimiento del espacio donde se encuentra.
- **Acompañar y validar:** Ayudar a su estudiante a identificar y expresar sus emociones, sin juzgar ni minimizar. Por ejemplo: escuchar sin interrumpir constantemente, asentar con la cabeza, afirmar o negar si consulta preguntas sobre lo ocurrido y que no recuerda con exactitud.

8. Acciones Reparatorias Posteriores a una Desregulación

Estas acciones se orientan a reparar cualquier daño causado, tanto hacia la propia persona como a terceros. Esto puede incluir la vuelta a la calma, el apoyo emocional, la reflexión sobre lo sucedido y, en algunos casos, la reparación de objetos o relaciones dañadas.

Docente, jefe de carrera, asistente u otra persona que haya acompañado la desregulación:

1. Demuestre afecto y comprensión, considerando citar a su estudiante en un espacio seguro, no en un pasillo u otro lugar público, haciéndole saber que todo está tranquilo y que se debe hablar de lo sucedido con el fin de comprender la situación, solucionarla y evitar que se repita.
2. Tome acuerdos con su estudiante que permitan prevenir situaciones que puedan generar una nueva desregulación.
3. Ccolabore en la toma de conciencia sobre los deberes y derechos del estudiantado, pues en el caso de destrucción de materiales, equipamientos, infraestructura, entre otros. Deberá responsabilizarse de ello de acuerdo con el Reglamento Institucional de Alumno Regular. Esto debe realizarse cuando la persona esté tranquila, puede ser después de la desregulación, o en otro momento, lo que puede ser inclusive hasta una semana posterior, sin dejar pasar más tiempo.
4. Si su estudiante no participa de los acompañamientos de CERETI busque opciones de derivación con otras unidades de la universidad, por ejemplo: PUSA, vida saludable, mesa de salud mental, entre otros. También puede orientarlo a buscar apoyo externo en su consultorio, u otro centro de salud que corresponda.

Las acciones de reparación que se señalan a continuación, deben ser ejecutadas por profesionales capacitados para ello. En el contexto de este protocolo, las funciones corresponden a las profesionales de CERETI, en el caso del estudiantado que participa de sus acompañamientos. En otras situaciones se debe orientar a la persona a buscar redes internas de la Universidad como Sala de Juegos de la carrera de Terapia Ocupacional, o externas como centros de salud públicos o privados.

Profesional de Acompañamiento Pedagógico:

1. Trabajar con su estudiante preguntas posteriormente a la desregulación, escribiendo las respuestas para llevar un registro de la situación e identificar patrones repetitivos:
 - ¿Hubo elementos sensoriales, emocionales o ambientales que te hayan afectado?
 - ¿Existió alguna rutina que fuera interrumpida antes o durante la clase?
 - ¿Pudiste anticiparte a esta situación problemática o te tomó por sorpresa?
 - ¿Tuviste alguna dificultad a la hora de comunicarte conmigo o con alguno de tus compañeros?
 - ¿Qué crees que es necesario mejorar o cambiar para prevenir que tengas una nueva desregulación?

2. Revisar los ajustes razonables en conjunto con su estudiante para identificar si hubo elementos que no se cumplieron o que se deban modificar o incluir.
3. Gestionar las acciones correspondientes con la carrera si no se han cumplido los ajustes razonables que permiten prevenir una desregulación, o si se debieron incluir nuevos ajustes.
4. Revisar si su estudiante cuenta con su acuerdo o plan de contingencia, para evaluarlo y modificarlo en caso necesario. De no contar con este documento, es relevante elaborarlo en conjunto.
5. Completar la bitácora de su estudiante con la información de la desregulación, solicitando información a las personas involucradas en ese momento.
6. Derivar al profesional correspondiente si es necesario trabajar temas psicológicos u ocupacionales.

Profesional de acompañamiento Ocupacional:

1. Acompañar en aspectos de organización y anticipación para el desempeño académico de su estudiante.
2. Trabajar formas de identificar señales de ansiedad u otros estados emocionales, y cómo abordarlos mediante estrategias de autorregulación, o a través de objetos o situaciones que le agraden, relajen o diviertan.
3. Si no se ha realizado, evaluar en CERETI el perfil sensorial y trabajar estrategias de autorregulación.
4. Sugerir elementos para construir un set de autorregulación que su estudiante pueda llevar consigo de forma permanente.
5. Trabajar educación emocional y habilidades de autorregulación. Ver acciones preventivas indicadas en este protocolo.
6. Completar la bitácora de su estudiante con la información de la desregulación, solicitando información a las personas involucradas en ese momento.

Profesional de acompañamiento Psicológico:

1. Trabajar el reconocimiento de la causa-consecuencia de las acciones y el reconocimiento y expresión de emociones.
2. Trabajar formas de identificar señales de ansiedad u otros estados emocionales, y cómo abordarlos mediante estrategias de autorregulación, o a través de objetos o situaciones que le agraden, relajen o diviertan.
3. Trabajar la propia reparación de los sentimientos y emociones evocados en la desregulación. Esto debe ser considerado en un diseño de intervención a mediano plazo, más allá de la contención inicial, que incluya un análisis sobre la necesidad de mejora en la calidad de vida general de su estudiante y el desarrollo de habilidades alternativas.
4. Trabajar las habilidades alternativas, las cuales deben cumplir la misma función que la desregulación, que sea inicialmente fácil, que produzcan efectos inmediatos y que se puedan usar en diferentes contextos. Por ejemplo: levantar la mano si se necesita salir de la sala y no lo puede verbalizar. Estas habilidades se deben ir complejizando con el paso del tiempo.

5. Trabajar educación emocional y habilidades de autorregulación. ver acciones indicadas en el apartado de prevención de este protocolo.
6. Completar la bitácora de su estudiante con la información de la desregulación, solicitando información a las personas involucradas en ese momento.

Si es necesario, derivar a acompañamiento de un profesional del área de salud mental como Psiquiatra, en el caso de no contar con dicho apoyo.

9. Anexos

Anexo 1: Contactos y horarios CERETI y PUSA

Centro de Recursos Tecnológicos Inclusivos - CERETI

Campus San Francisco:

Ubicación: Portal TEVU, edificio 9.

Teléfono: 452553839

Correo: cereti@uct.cl

Horario de atención: Lunes a viernes de 8:30 a 17:30 horas.

Campus San Juan Pablo II:

Ubicación: Portal del estudiante, edificio 4.

Teléfono: 452553749

Correo: cereti@uct.cl

Horario de atención: Lunes a viernes de 8:30 a 17:00 horas

Programa Universitario Saludable-PUSA

Campus San Francisco:

Ubicación: Sala Primeros Auxilios, edificio 17, oficina 103.

Teléfono: 452-205302

Correo: salud@uct.cl

Horario de atención: Lunes a viernes de 8:30 a 19:30 horas

Campus San Juan Pablo II:

Ubicación: Sala primeros auxilios, edificio 12, oficina 105.

Teléfono: 452-205528

Correo: salud@uct.cl

Horario de atención: Lunes a viernes de 8:30 a 19:30 horas

Anexo 2: Contrato de contingencia para el estudiante

Yo_____, estudiante de la carrera____, en acuerdo con el Centro de Recursos Tecnológicos Inclusivos (CERETI), me responsabilizo de seguir el siguiente conducto, en caso de evidenciar características de una desregulación sensorial y/o emocional:

Si me encuentro en Campus San Francisco, asistiré a la sala SER (autorregulación) ubicada en las dependencias de CERETI, Portal TEVU edificio 9.

En caso de encontrarme en Campus San Juan Pablo II, asistiré a la sala SER (autorregulación), que es la 120 ubicada en el Portal del estudiante edificio 4.

En ambos casos, si no logré autorregularme pasado 30 minutos, se llamará a mi contacto de emergencia, otorgado en el protocolo de primera sesión de CERETI, siendo derivado al Programa Universitario Saludable (PUSA) para regular mis signos vitales, siguiendo los lineamientos de dicho programa.

Firma y nombre del estudiante

Firma del profesional a cargo

Anexo 3: Bitácora de desregulación emocional y/o sensorial interno CERETI

Nombre del estudiante:			
Carrera:			
Fecha:		Hora de ingreso:	
		Hora de salida:	
Profesional de la carrera a cargo desde CERETI:	Profesional quien entrega el acceso a la sala SER:	Firma profesional	
	Profesional que acompaña al estudiante durante la desregulación:	Firma profesional	
	Profesional PUSA:	Firma profesional	
¿Qué ocurrió antes de la desregulación?	¿Qué ocurrió durante la desregulación?	¿Qué procedimiento se realizó posterior a la desregulación?	

Anexo 4: Protocolo de salida para el contacto de emergencia

Yo____, contacto de emergencia de él/la estudiante_____de la carrera_____,acuso recibo de la información sobre la desregulación emocional y/o sensorial vivenciada por él/la estudiante:

Él/la estudiante vivió una desregulación porque...

_____.

Desde CERETI él/la estudiante recibió las siguientes atenciones...

_____.

Él/la se retira de las dependencias de CERETI con las siguientes indicaciones...

_____.

Firma profesional

Firma contacto de emergencia a cargo

Anexo 5: Protocolo de Salida voluntaria

Yo _____ estudiante de la carrera
_____, firmo este protocolo de salida
voluntaria desde las dependencias de CERETI, a pesar de vivenciar una desregulación emocional
por más de 30 minutos, siendo derivado/a al PUSA y de que se haya comunicado a mi contacto
de emergencia para que viniera por mi, solicito esta salida voluntaria siendo responsable de mi
mismo/a, por las siguientes razones:

Firma y nombre del estudiante

Firma del profesional a cargo

10. Fuentes de Respaldo

- Araya, M. (2021, 14 de julio). *Stimming Toys: Conoce sus beneficios para personas Neurodivergentes*. Es Hoy. <https://www.eshoy.cl/2021/07/14/stimming-toys-conoce-sus-beneficios-para-personas-neurodivergentes/>
- Aron, E. (2010). *Psychotherapy and the highly sensitive person*. Routledge.
- Autism Research Institute. (2025, 1 de julio). *Meltdowns & calming techniques in autism*. Autism Research Institute. Advancing Science & Education. <https://autism.org/meltdowns-calming-techniques-in-autism/>
- Baker, J. K., Fenning, R. M., & Moffitt, J. (2019). A cross-sectional examination of the internalization of emotion co-regulatory support in children with ASD. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49(10), 4332–4338. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-04091-0>
- Ministerio de Educación. (2022). *Protocolo de respuesta a situaciones de desregulación emocional y conductual de estudiantes de establecimientos educacionales*. División de Educación General.
- Barrera-Herrera, A, y Vinet, E. (2017). Adultez Emergente y características culturales de la etapa en universitarios chilenos. *Terapia psicológica*, 35, 47-56. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082017000100005>
- Barrios, H, y Gutiérrez de Piñeres, C. (2020). Neurociencias, emociones y educación superior: una revisión descriptiva. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 46(1), 363-382. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052020000100363>
- Botina, A. E., Buesaquillo, M. A., Fajardo, M. C., López, D. A., Ortiz, Á. C., y Lagos, D. G. (2021). El sistema vestibular y su importancia en los procesos de aprendizaje. *Boletín Informativo CEI*, 8(1), 142–145. Recuperado el 2 de junio del 2025, de <https://revistas.umariana.edu.co/index.php/BoletinInformativoCEI/article/view/2565>
- Castro, A. (2021). *Trastornos de la comunicación. (Mutismo selectivo)* [Tesis de Trabajo Fin de Grado, Universidad de Jaén]. Repositorio de la Universidad de Jaén. <https://crea.ujaen.es/bitstreams/4f3ead6d-9ae5-4219-8b20-12bdb3416144/download>
- Delahooke, M. (2019). *Beyond behaviors: Using brain science and compassion to understand and solve children's behavioral challenges*. PESI Publishing.
- Epstein, S. (2025, 11 de junio). *28 best sensory toys recommended by occupational therapists*. NAPA. <https://napacenter.org/sensory-toys-ot/>
- Fernández-Abascal, E. G., Díaz, M. D. M., Sánchez, M. P. J., y Sánchez, F. J. D. (2005). *Las emociones positivas*. Pirámide.
- Goodwing, J. (s. f.). *Todo sobre el mutismo situacional: una guía para aliados*. Reframing Autism. Recuperado el 2 de junio de 2025, de <https://reframingautism.org.au/all-about-situational-mutism-a-guide-for-allies/>

- Greene, R. W. (2014). *The explosive child: A new approach for understanding and parenting easily frustrated, chronically inflexible children* (Revised ed.). HarperCollins.
- Instituto Nacional de Derechos Humanos. (2018). *Declaración Universal de Derechos Humanos*. Recuperado el 2 de junio 2025, de <https://bibliotecadigital.indh.cl/server/api/core/bitstreams/ee43aa91-212d-4d51-b474-6bc6f6a719be/content>
- Johnson, J., Dodds, R. L., & Wood, J. (2024). Experiences of autistic college students in higher education and their relations with faculty. *Revista de Autismo y Trastornos del Desarrollo*. <https://doi.org/10.1007/s10803-023-06017-3>
- Ley No. 20.422, Establece Normas sobre Igualdad de Oportunidades e Inclusión Social de Personas con Discapacidad, Febrero 10, 2010. [D.O]. (Chile).
- Ley No. 21.091, Sobre Educación Superior, Mayo 29, 2018. [D.O]. (Chile)
- Ley No. 21.545, Establece la promoción de la inclusión, la atención integral y la protección de los derechos de las personas con trastorno del espectro autista, Marzo 10, 2023 [D.O]. Chile.
- Lidia Rosa, G. P., Mademoiselle, P. P., Diana María, M. Q., & Keline, R. G. (2023, julio). *Actualización teórica del Trastorno del Espectro Autista*. En *I jornada científica de profesores*. <https://jorcienciapdcl.sld.cu/index.php/jprofesores2023/jprofesores2023/paper/view/520/0>
- Linehan, M. M. (1993). *Skills training manual for treating borderline personality disorder*. Guilford Press.
- Ministerio de Educación. (2022). *Orientaciones. Protocolo de respuesta a situaciones de desregulación emocional y conductual de estudiantes en establecimientos educacionales*. MINEDUC.
- Ministerio de Educación. (2025). Ley 21.545. *Orientaciones para su implementación en Educación superior*. MINEDUC.
- Organización Mundial de la Salud. (2001). *Clasificación internacional del funcionamiento, de la discapacidad y de la salud*. OMS/OPS/MTAS/IMSERSO.
- Organización de las Naciones Unidas. (2006). *Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad*. ONU.
- People Force. (s. f.). *Capacitismo: ¿Qué es el capacitismo?*. Recuperado el 1 de octubre de 2025, de <https://peopleforce.io/es/hr-glossary/ableism>
- Pizarro M., Saffery Q., y Gajardo O. (2022). Trastorno del procesamiento sensorial. Una mirada conjunta desde la terapia ocupacional y la otorrinolaringología. *Revista de otorrinolaringología y cirugía de cabeza y cuello*, 82(1), 114-126. <https://dx.doi.org/10.4067/s0718-48162022000100114>
- Porges, S. W. (2011). *The Polyvagal theory: Neurophysiological foundations of emotions, attachment, communication, and self-regulation*. W. W. Norton & Company.
- Real Academia Española. (2013). *Diccionario histórico de la lengua española (DHLE) [en línea]*. [Consulta: 22/10/2023].
- Reaño Carranza, E. (Ed). (2023). *¿Qué es el autismo? Reflexiones desde el paradigma de la Neurodiversidad*. Oem.

- Santamaria, C., Farah, M., y Mejía, C. (2023). *Factores asociados a la desregulación emocional y tolerancia a la frustración en el ciclo vital* (Informe de investigación). Pontificia Universidad Javeriana.
- Skill Point Therapy. (7 de diciembre de 2024). *What every parent needs to know about sensory dysregulation*. <https://n9.cl/t0dk8x>
- Tarantino, F. (2017). *Entrenamiento propioceptivo: Principios en el diseño de 45 ejercicios y guías prácticas*. Médica Panamericana.
- Thompson R. A. (1994). Emotion regulation: a theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25–52.
- Thompson R. A. (2019). Emotion dysregulation: A theme in search of definition. *Development and psychopathology*, 31(3), 805–815. <https://doi.org/10.1017/S0954579419000282>
- Tinaquero, C., López, G., y Jodra, M. (2021). *Estrategias proactivas de regulación emocional: Intervención desde la prevención para profesionales y familiares*. Comisión Técnica de Trabajo y Estudio del Área de Educación y Formación de la Federación Autismo Madrid.
- Ting, V., & Weiss, J. A. (2017). Emotion regulation and parent co-regulation in children with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 47, 680–689. <https://doi.org/10.1007/s10803-016-3009-9>
- Trías, G., y Huertas, J. (2021). *Autorregulación en el aprendizaje: Manual para el asesoramiento psicoeducativo*. Ediciones Universidad Autónoma de Madrid. <https://doi.org/10.15366/9788483447499>
- Valle, A. (2022). *Estrategia didáctica para la enseñanza de ciencias básicas a estudiantes de pregrado con diversidad funcional del espectro autista* [Tesis de maestría, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio digital de la Universidad Técnica de Ambato. <http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/37033>

