

Son condiciones de salud mental de curso variable. Pueden afectar la regulación emocional, la atención, la memoria y el manejo del estrés, **no la capacidad intelectual**. Es una de las discapacidades menos declaradas, por prejuicios y estereotipos.

CONFIDENCIALIDAD

RUTINAS PREDECIBLES

TRATO DIGNO, SIN EXPONER A ESTUDIANTE

PROTOCOLO DE CRISIS

PRIMERO ACUERDA, DESPUÉS APLICA

- Trata al estudiante según su edad: sin infantilizar ni sobreproteger; promueve su autonomía.
- No preguntes por su diagnóstico ni lo menciones en público. Ofrece apoyo cuando lo solicite.
- Resguarda su confidencialidad: es información sensible.

CLIMA Y COMUNICACIÓN

- › Mantén rutinas y espacios predecibles, libres de estigma.
- › Comunícate de forma clara, empática y directa; valida su experiencia y respeta sus tiempos de respuesta.
- › Evita cualquier conducta que lo exponga innecesariamente frente al curso.
- › Comprende que su estado de salud puede variar y afectar temporalmente el desempeño.
- › Permite atrasos avisados previamente por controles médicos o psicológicos.

ENTORNO SEGURO Y CRISIS

- › Ofrece un puesto cerca de la puerta para facilitar la salida en caso de crisis.
- › Facilita espacios con menor estimulación cuando lo necesite.
- › Permite apoyos de autorregulación sensorial o emocional.
- › Ante una crisis: mantén la calma, no confrontes y prioriza la seguridad.
- › Aplica el *Instructivo Guía para la Provisión de Ayuda ante Crisis de Salud Mental* e informa al equipo en Sede.

ACTIVIDADES Y EVALUACIÓN

- › Anticipa actividades, evaluaciones y fechas; verifica la comprensión de las instrucciones.
- › No hagas cambios de última hora de fecha o modalidad: elevan mucho la ansiedad.
- › Ofrece rendir evaluaciones o exposiciones en un espacio privado, sin público.
- › Dispón de 25% o 50% de tiempo extra cuando sea necesario.
- › Permite audífonos con cancelación de ruido o fidget toys durante la evaluación.

LO QUE SE DICE Y LO QUE OCURRE

SE SUELE PENSAR

"Es falta de voluntad o de esfuerzo."

"Preguntarle por su salud mental en clases demuestra interés."

"Si hoy está bien, ya no necesita ajustes."

EN REALIDAD

- Es una condición de salud con períodos fluctuantes, no una decisión.
- En público expone y estigmatiza. Ofrece un canal privado de conversación.
- Los ajustes se mantienen y se revisan en conjunto a lo largo del tiempo.

CONTACTA AL EQUIPO DE ASESORÍA PEDAGÓGICA DE TU SEDE SI...

- › Ocurre una crisis: aplica el instructivo institucional e informa de inmediato.
- › Detectas ausencias reiteradas o un cambio marcado en su participación.
- › Necesitas orientación para abordar la conversación con el estudiante.

Predictibilidad, privacidad y trato digno: tres decisiones docentes para enfrentar situaciones de salud mental