



Protocolo de desregulación emocional

2024

Moises Lopez Kappes

INTRODUCCIÓN

Este documento tiene como objetivo establecer un protocolo en el Reglamento Interno de la institución para hacer frente a posibles situaciones de Desregulación Emocional y Conductual (DEC) en los estudiantes. El enfoque propuesto aborda tanto la prevención como la intervención directa en casos en los que las estrategias habituales no han logrado una respuesta favorable por parte de estudiantes de edad similar. Estas situaciones de DEC, debido a su intensidad, pueden causar un daño emocional y/o físico significativo tanto al estudiante como a otros miembros de la comunidad educativa.

El abordaje de la DEC, desde la prevención hasta la intervención directa en diferentes niveles de intensidad, debe incluir la participación y considerar la realidad particular de las familias. Se fundamenta en la legislación educativa chilena, como la Ley General de Educación (2009), que establece que el sistema educativo se basa en los derechos garantizados en la Constitución, tratados internacionales ratificados por Chile y principios descritos en la misma. También se apoya en la Ley de Inclusión Escolar (2015), la Declaración Universal de Derechos Humanos (ONU, 1948), la Declaración de los Derechos del Niño (ONU, 1959), la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (ONU, 2006), la Ley N°20.422 de 2010 que aborda la igualdad de oportunidades e inclusión social de personas con discapacidad, entre otros marcos legales y políticas educativas.

Además, se toma en cuenta el Currículum Nacional en todos sus niveles y modalidades, el Decreto 170 del 2009 que aborda la atención a la diversidad de estudiantes, el Decreto 83 del 2015, la Ley de Subvención Escolar Preferencial, SEP (2008), las orientaciones nacionales del Ministerio de Educación (MINEDUC) en materia de inclusión, y la Política de Convivencia Escolar.

Establece lineamientos claros para abordar las situaciones de DEC en los estudiantes, teniendo en cuenta la legislación educativa chilena, los derechos humanos, la inclusión y las políticas educativas vigentes. Su objetivo es prevenir y atender de manera efectiva estas situaciones, considerando la diversidad y la participación activa de las familias.

1. Desregulación Emocional y Conductual

En el marco de este documento, se entenderá por Desregulación Emocional y Conductual:

La reacción motora y emocional a uno o varios estímulos o situaciones desencadenantes, en donde el niño, niña, adolescente o joven (NNAJ), por la intensidad de la misma, no comprende su estado emocional ni logra expresar sus emociones o sensaciones de una manera adaptativa, presentando dificultades más allá de lo esperado para su edad o etapa de desarrollo evolutivo, para autorregularse y volver a un estado de calma y/o, que no desaparecen después de uno o más intentos de intervención docente, utilizados con éxito en otros casos, percibiéndose externamente por más de un observador como una situación de “descontrol”.

(Construcción colectiva Mesa Regional Autismo, región de Valparaíso, mayo 2019).

En el proceso de regulación emocional, se involucran respuestas fisiológicas, comportamentales y ambientales, las cuales buscan lograr un equilibrio, integración y madurez emocional acorde a los objetivos individuales y al contexto en el que se encuentra la persona. Es importante tener en cuenta que, al afrontar y prevenir la desregulación emocional y conductual, los desencadenantes no solo se relacionan con las características o rasgos asociados a una condición particular del estudiante, como el Espectro Autista, el Trastorno de Déficit Atencional con Hiperactividad (TDAH), la ansiedad, la depresión u otras condiciones que pueden tener diferentes causas. También es fundamental considerar que los factores estresantes del entorno físico y social pueden actuar como desencadenantes de una desregulación emocional y conductual en niños, niñas y jóvenes que presentan mayor vulnerabilidad emocional, incluyendo el impacto del comportamiento de los adultos.

2. Características profesionales de quienes liderarán el manejo de la desregulación emocional y conductual en establecimientos educacionales

La intervención en crisis es una estrategia utilizada para ayudar a las personas a superar situaciones de crisis emocional, conductual y racional. En el contexto escolar, es esencial contar con personal capacitado para brindar apoyo a los estudiantes en crisis. Estos adultos deben ser capaces de mantener la calma, comunicarse de manera efectiva y conectar con los recursos de apoyo disponibles.

Es fundamental que el equipo encargado de brindar apoyo esté preparado y tenga acceso a la información relevante sobre los estudiantes que reciben tratamiento externo. El consentimiento de la familia y la confidencialidad deben ser respetados en el manejo de esta información.

El equipo directivo del centro educativo debe coordinar capacitaciones y proporcionar apoyo para aquellos que brindan ayuda en situaciones de crisis. También es importante promover el desarrollo de habilidades socioemocionales en la comunidad educativa, fortaleciendo la convivencia escolar y el bienestar de todos los miembros.

Prevención

Siempre será recomendable utilizar más tiempo y recursos del equipo y adultos a cargo, en acciones para la prevención de episodios de desregulación emocional y conductual. Para ello se sugiere lo siguiente:

- | | |
|--|--|
| 1. Conocer a los estudiantes, de modo de identificar a quienes por sus características y/o circunstancias personales pudieran tener mayor posibilidad de | a. Los estudiantes con condición del espectro autista suelen ser inflexibles, hipersensibles y experimentar ansiedad. Tienen dificultades para adaptarse a los cambios y gestionar los imprevistos, lo cual puede llevar a desregulaciones emocionales y conductuales.

b. Los niños, niñas y adolescentes severamente maltratados o vulnerados en sus derechos pueden mostrar dificultades en el contacto |
|--|--|

presentar DEC.	visual y tender al aislamiento. La cercanía física, los sonidos, olores o imágenes que evocan recuerdos traumáticos pueden desencadenar desregulación emocional. c. Los estudiantes que experimentan abstinencia al alcohol después de un consumo intenso y prolongado pueden presentar síntomas iniciales como ansiedad, sudoración y somnolencia. d. Los estudiantes con trastornos destructivos del control de impulsos y la conducta, como el trastorno negativista desafiante, pueden exhibir irritabilidad frecuente. Identificar rápidamente estos trastornos y los factores contextuales asociados puede ayudar en la planificación de acciones preventivas. e. Los estudiantes con trastorno por déficit de atención con hiperactividad/impulsividad tienden a frustrarse fácilmente, ser emocionalmente explosivos y prestar menos atención a las señales sociales. También pueden tener dificultades para regular sus emociones, expresarlas en mayor medida (especialmente la ira y la agresividad), enfrentar la frustración, mostrar menos empatía y tener una menor respuesta a la estimulación.
2. Reconocer las señales previas y actuar en consecuencia.	Atento a los indicadores emocionales, como tensión, ansiedad, temor, ira o frustración, y reconocer las señales iniciales que los estudiantes pueden mostrar antes de desencadenar una desregulación emocional. Por ejemplo, prestar especial atención si un estudiante muestra mayor inquietud, irritabilidad, ansiedad o falta de atención de lo habitual, si se aísla o se retrae, y observar su lenguaje corporal.
3. Reconocer los elementos del entorno que suelen preceder a la desregulación emocional y conductual.	Abordar las circunstancias tanto en el ámbito escolar como en otros contextos diarios donde ocurren estas situaciones, y desde donde se pueden observar factores predisponentes. Uno de estos factores externos al aula, y comúnmente asociado a la desregulación emocional y conductual, son los trastornos del sueño. Por lo tanto, es importante mantener una comunicación constante con la familia para detectarlos, prevenir conductas no deseadas en el aula, entendiendo que son los tutores responsables los que deben velar por estas situaciones externas al ambiente educacional, pero que afectan este ámbito. Regular el sueño, situaciones familiares complejas o medicamentos, son responsabilidad del tutor y no del establecimiento.

	a. Entorno físico: - Mantén a tus estudiantes informados y reduce la incertidumbre! Anticipa las actividades y explícales claramente lo que se espera de ellos. Si hay cambios inesperados, comunícalos de forma adecuada. - Ajustar el nivel de exigencias considerando no solo las habilidades del estudiante en la tarea, sino también su estado emocional y de regulación en ese momento. - Equilibrar las tareas más demandantes con otras menos exigentes a lo largo del día. Los estudiantes en el espectro autista y con otras necesidades de apoyo ya experimentan una demanda estresante debido a su condición. - Dar tiempo suficiente para cambiar el foco de atención, incluso si se había anticipado previamente el cambio. - Favorecer la práctica de ejercicio físico. b. Entorno social: - Mantener una actitud tranquila y serena. - Reconocer los momentos en que el estudiante está más receptivo para aprender. No se puede enseñar eficazmente durante momentos de desregulación emocional. - Evitar juzgar o atribuir automáticamente mala intención al estudiante. - En momentos de mayor estrés, es posible que pierdan la capacidad de expresarse verbalmente, por lo que es preferible evitar exigencias lingüísticas en ese momento y dejar espacio para que se expresen más tarde, pudiendo solicitar al equipo de convivencia escolar intervención. - Respetar los momentos de soledad, ya que pueden ayudar al estudiante a relajarse. Tratar de crear entornos amigables en todos los contextos sociales en los que el estudiante participe. Informar a las personas con las que se relaciona sobre las necesidades de apoyo del estudiante.
4. En el caso de estudiantes con información previa sobre riesgo de desregulación emocional y conductual.	Es importante otorgar tiempos de descansos; estos tiempos pueden incluir pausas para ir al baño o salir de la sala para ir a la sala de contención emocional. Es fundamental que los adultos responsables, como profesores, inspectores o encargados de convivencia escolar, estén informados sobre la situación y respeten estos acuerdos para brindar el apoyo necesario al estudiante.

5. Utilizar refuerzo conductual positivo para fomentar conductas adaptativas y alternativas a la desregulación emocional y conductual.	El refuerzo positivo es una estrategia importante en el abordaje de situaciones de desregulación emocional y conductual. Se puede recurrir a personas cercanas del entorno del estudiante que sean valoradas positivamente para identificar los refuerzos adecuados. Es esencial proporcionar el refuerzo de manera inmediata después de la conducta deseada y hacerlo de manera consistente por parte de todos los adultos involucrados, evitando inconsistencias.
6. Enseñar estrategias de autorregulación emocional, cognitiva y conductual.	Se pueden trabajar técnicas de relajación, respiración y estrategias sensoriomotoras, como pintar, escuchar música, pasear o saltar (mientras se contiene emocionalmente, el cual no durará mas de 10 minutos, de lo contrario se solicitará al apoderado su retiro). También es importante apoyar la autorregulación conductual, ayudando en el control de los impulsos y la demora de la gratificación, entre otras posibilidades.
Cómo actuar según el nivel de intensidad Cualquier situación debe ser avisada al equipo de convivencia escolar, para que pueda ser contenido en sala de contención emocional. Esta contención será de 10 minutos, de no poder calmarse será avisado al apoderado, quien deberá proceder a su retiro. Si se encuentra con tratamiento externo, solicitar al apoderado que se acerque a estos profesionales, de no tenerlo se derivara a programa adolescente.	
Etapas Etapas iniciales	Esta etapa se aplica cuando se han intentado estrategias de manejo general sin resultados positivos y no se visualiza un riesgo inminente para el estudiante ni para otros. - Cambiar la actividad, la forma o los materiales utilizados en la actividad. Por ejemplo, si el estudiante muestra frustración en una actividad artística con témperas, permitirle utilizar otros materiales para lograr el mismo objetivo. - Utilizar el conocimiento sobre los intereses, cosas favoritas, hobbies u objetos de apego del estudiante como parte de las estrategias iniciales de apoyo a la autorregulación. - Si es necesario, permitir que el estudiante salga por un tiempo corto y determinado a un lugar acordado previamente. - Durante el tiempo establecido fuera del aula se requiere la compañía de la persona a cargo, esta puede brindar contención emocional-verba (Psicologo/Paradocente). Esto implica mediar verbalmente en un tono tranquilo, hacerle saber al estudiante que está ahí para ayudarlo y ofrecerle la posibilidad de relatar

	lo que le sucede, dibujar, mantener silencio o realizar algún ejercicio. - Otros ejemplos de acciones adaptadas a diferentes edades y características del estudiante podrían ser: - Motivar al estudiante a tumbarse en el suelo boca arriba y practicar la respiración profunda. - Establecer una cuenta mental del 1 al 100 para ayudar a distraer la mente. - Ofrecer opciones como escuchar música, quedarse en silencio o realizar actividades como dibujar en la pizarra o en una hoja para procesar lo ocurrido. - Si es pertinente según la edad o diagnóstico, permitir la manipulación de objetos seguros o realizar actividades monótonas que ayuden al estudiante a controlar su ansiedad.
2. Etapa de aumento de la desregulación emocional y conductual, con ausencia de autocontroles inhibitorios cognitivos y riesgo para sí mismo/a o terceros	- Permitir al estudiante ir a un lugar que le brinde calma o regulación sensoriomotriz, como una sala previamente acordada (sala de contención) - Una vez que la intensidad vaya cediendo, permitirle expresar lo que le sucede o cómo se siente en un espacio diferente al aula común, a través de conversaciones, dibujos u otras actividades que le resulten cómodas. - Características requeridas del ambiente durante la etapa de aumento de la desregulación emocional y conductual (CASOS DE DESREGULACIONES SEVERAS): - Llevar al estudiante a un lugar seguro y resguardado(sala de contención emocional, ubicada en el primer piso) - Retirar cualquier objeto peligroso al alcance del estudiante, como tijeras, cuchillos o piedras. - Evitar la presencia de aglomeraciones de personas observando la situación. Características requeridas del personal a cargo durante la etapa de aumento de la desregulación emocional y conductual: - Durante esta etapa, es ideal contar con tres adultos a cargo de la situación: el encargado, el acompañante interno y el acompañante externo.

	- Encargado/a: Es la persona responsable de mediar y acompañar directamente al estudiante durante todo el proceso. Debe mantener una actitud de calma y serenidad, evitando demostrar enojo, ansiedad o miedo. Si no puede manejar adecuadamente la situación, se puede considerar un cambio temporal o definitivo de la persona encargada. - Acompañante interno: Es un adulto que permanece en el interior del recinto junto al estudiante y al encargado/a, pero a cierta distancia y sin intervenir directamente en la situación. Permanece en silencio, alerta y con una actitud de resguardo y comprensión. - Acompañante externo: Es un adulto que se mantiene fuera del lugar donde ocurre la situación de contención. Su función es coordinar la información y comunicarse con el resto del personal según corresponda. Información a la familia y/o apoderados durante las etapas 2 y 3 de desregulación emocional y conductual: - El acompañante externo es responsable de informar a la familia y/o apoderado/a sobre la situación. Para que estos acudan al lugar, y una vez que llega, el acompañante interno se retira, quedando el encargado/a y el apoderado/a para acompañar al estudiante. - En casos donde las probabilidades de desregulación emocional y conductual estén relacionadas con un cuadro clínico o una condición específica, como el síndrome de abstinencia o del espectro autista, se deben establecer previamente procedimientos de aviso a los apoderados y la posible presencia de estos durante la situación de desregulación. Estos procedimientos deben estar especificados en contratos de contingencia, donde se detallen las acciones a seguir, los responsables involucrados, los medios de comunicación a utilizar y la autorización del apoderado/a para participar en dichos procesos. Es importante que el personal a cargo de manejar la crisis de desregulación esté al tanto de esta información. - En todos los casos, el equipo de Programa de Integración Escolar (PIE) debe estar informado sobre el contexto familiar del estudiante y las condiciones laborales y emocionales del
--	---

	apoderado/a. El equipo brindará orientación sobre la responsabilidad que debe asumir en estos apoyos y asegurará que el apoderado/a esté informado sobre la DEC y las acciones que se están llevando a cabo en el establecimiento. Se debe considerar siempre la opinión del apoderado/a en aspectos que faciliten una mejor intervención y trabajo colaborativo.
3. Cuando el descontrol y los riesgos para sí o terceros	- La contención física no será utilizada por parte del equipo del establecimiento educacional, en virtud de proteger su propia integridad. La única medida que se realizará será la separación del estudiante de otros estudiantes (solo separar en caso de ser necesario). Aislar el espacio en donde el estudiante se encuentra, siendo vigilado de manera constante, evitando que se haga daño con cosas hacia u a otros
Intervención en la reparación, posterior a una crisis de desregulación emocional y conductual en el ámbito educativo	
Esta etapa debe estar a cargo de profesionales especialistas capacitados.	- Después de un episodio de desregulación emocional y conductual, es importante demostrar afecto y comprensión al estudiante, asegurándose que todo está tranquilo y que es necesario hablar sobre lo sucedido para comprender la situación y encontrar soluciones para evitar que vuelva a ocurrir. - Establecer acuerdos conjuntos para prevenir situaciones futuras que puedan desencadenar desregulación emocional y conductual. - Se debe informar al estudiante que contará con el apoyo de profesionales para ayudarlo a poner en práctica estos acuerdos y que podrá expresar lo que le molesta o necesita de una manera que no implique desregulación emocional y conductual, promoviendo un mayor autocontrol de la situación - trabajar la empatía y la teoría de la mente en este proceso, ayudando al estudiante a comprender las causas y consecuencias de sus acciones, así como a reconocer y expresar emociones. Se pueden utilizar apoyos visuales, como dibujos o historias sociales, adaptados a las necesidades individuales de cada estudiante. - En relación a la reparación hacia terceros, esta debe realizarse cuando el estudiante haya recuperado la calma, lo cual puede ocurrir en cuestión de minutos, horas o incluso al día siguiente de la desregulación emocional y conductual. Es fundamental respetar los tiempos y contar con una persona designada en el

	protocolo para brindar apoyo en esta fase. La reparación no solo debe involucrar al estudiante que experimentó la desregulación, sino también al curso, al docente u otras personas afectadas por los hechos. Es importante tener en cuenta que el entorno que presencia estas situaciones también requiere contención y reparación. - Además de la reparación inmediata, es necesario diseñar intervenciones a mediano plazo que aborden los sentimientos y emociones evocados por la desregulación emocional y conductual, así como la mejora de la calidad de vida general del estudiante y el desarrollo de habilidades alternativas. La enseñanza de habilidades alternativas debe cumplir criterios como cumplir la misma función que la conducta de desregulación, ser inicialmente fácil de realizar, producir efectos inmediatos y ser aplicable en diferentes entornos. Estas habilidades deben ser consensuadas con el estudiante y las personas involucradas en cada caso. Para estudiantes con un deterioro cognitivo severo, las intervenciones deben centrarse principalmente en la modificación de los entornos.
--	---

BITÁCORA DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL

Situación de peligro para si o terceros.

(DEC)

1.- Contexto inmediato

Fecha: ____/____/____

Duración: Hora de inicio.....

Hora de fin.....

Dónde estaba el/la estudiante cuando se produce la DEC:

La actividad que estaba realizando el/la estudiante fue:

☐

Conocida

☐

Desconocida

☐

Programada

☐

Improvisada El ambiente era:

☐

Tranquilo

☐

Ruidoso

Nº aproximado de personas en el lugar:

2.- Identificación del niño/a, adolescente o joven:

Nombre:		
Edad:	Curso:	Prof. jefe:

3.- Identificación profesionales y/o asistente del establecimiento designados para intervención:

Nombre	Rol que ocupa en la intervención
--------	----------------------------------

1.-	Encargado
2.-	Acompañante Interno
3.-	Acompañante externo

4.- Identificación apoderado y forma de contacto:

Nombre:	
Celular:	Otro teléfono:
Forma en que se informó oportunamente a apoderados (conforme acuerdos previos y/o protocolo reglamento interno):	
.....	

5.- Tipo de incidente de desregulación observado, marque con X lo que corresponda:

☐ Autoagresión ☐ Agresión a otros/as estudiantes ☐ Agresión hacia docentes ☐

Agresión hacia asistentes de la educación ☐ Destrucción de objetos/ropa

☐ Gritos/agresión verbal ☐ Fuga ☐ Otro.....

6.- Nivel de intensidad observado:

☐ Etapa 2, de aumento de la DEC, con ausencia de autocontroles inhibitorios cognitivos y riesgo para sí mismo/a o terceros.

☐ Etapa 3, cuando el descontrol y los riesgos para sí mismo/a o terceros implican la necesidad de contener físicamente.

7.- Descripción situaciones desencadenantes:

a) Descripción de secuencias de hechos que anteceden al evento de