



**PROTOCOLO DE CONTENCIÓN EMOCIONAL  
COLEGIO TOMÁS MORO  
PROGRAMA DE INTEGRACIÓN ESCOLAR**

Este protocolo describe las medidas preventivas de intervención directa a adoptar, en el caso que se produzca una desregulación emocional y/o conductual (DEC) por parte de un/a estudiante, que suponga una dificultad para la seguridad física y/ o emocional de sí mismo y/o de los demás, interfiriendo el desarrollo de las actividades propias del establecimiento. El objetivo del presente protocolo es que el/la estudiante salga del estado de trastorno y recupere la funcionalidad para afrontar el evento a nivel emocional, conductual y racional.

**I. DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL (DEC)**

Se entenderá como desregulación emocional:

A la reacción motora y emocional a uno o varios estímulos o situaciones desencadenantes, en donde el/la estudiante no logrará comprender su estado emocional ni logrará expresar sus emociones o sensaciones, presentando dificultades más allá de lo esperado a su edad o desarrollo evolutivo para autorregularse y volver a un estado de calma y/o no logran desaparecer después de un intento de intervención del educador/a utilizado con éxito en otros casos; percibiéndose externamente por más de un observador como una situación de “descontrol” (Construcción colectiva mesa regional Autismo, mayo 2019).

La desregulación emocional puede aparecer en distintos grados y no se considera un diagnóstico en sí, sino una característica que puede subyacer a distintas condiciones en la persona. En la literatura científica, se relaciona principalmente con comportamiento de tipo disruptivo y de menor control de los impulsos (Cole et al., 1994; Eisenberg et al., 1996; Shields & Cicchetti, 2001).

La desregulación emocional se puede reflejar en un amplio espectro de conductas, dependiendo de la etapa del ciclo vital, que pueden ir desde un llanto intenso difícil de contener, hasta conductas de agresión hacia sí mismo y/u otros. En este espectro pueden encontrarse manifestaciones como: correr por la sala mientras otros trabajan, esconderse en algún lugar de la sala, salir de la sala sin autorización, gritos sin estímulo provocador aparente, apegarse físicamente a un adulto en un contexto que no corresponde, aislarse de los otros, llanto descontrolado, agredir física o verbalmente a sus pares o adultos, o diagnóstico de Trastorno de pánico o crisis de angustia (según DSM -V o CIE-10) entre otros, entendiendo que las distintas

expresiones pueden indicar diferencias en la gravedad y riesgos a la que se enfrenta el o la estudiante (Anexo 10 Desregulación emocional, DSM -V).

## **II. CARACTERÍSTICAS DE LOS/LAS PROFESIONALES QUE LIDERARÁN EL MANEJO DE LA DEC EN ESTABLECIMIENTOS**

El funcionario del establecimiento que se haga cargo de la situación que lo requiera debe tener fortalecido el vínculo con el estudiante, y debe estar en conocimiento de los protocolos del establecimiento.

\*Es relevante que el establecimiento gestione capacitaciones y/o apoyos internos de autocuidado a los/as profesionales que estén a cargo de esta tarea.

## **III. PREVENCIÓN**

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

**1. Reconocer señales previas y actuar de acuerdo con ellas. Se recomienda reconocer, en los casos que esto es posible, las señales iniciales de un/a estudiante, previas a que se desencadene una desregulación, la cual puede ir desde conductas como:**

- Inflexibilidad frente a los cambios del entorno
- Hipersensibilidades a nivel sensorial, acompañados de estados de ansiedad frecuentes
- Agitación de la respiración
- Aumento de volumen en voz
- Lenguaje grosero
- Visualización de lenguaje no verbal (expresiones de incomodidad o disgusto)
- Labilidad emocional
- Incoherencia en el discurso
- Conocer las características de cada estudiante

**2. Reconocer los elementos del entorno que habitualmente preceden a la desregulación emocional y conductual.**

Es importante reiterar que hay factores que pueden desencadenar la ansiedad que corresponden a rasgos distintivos del estudiante y sus circunstancias, por ejemplo, estudiantes en el espectro autista son más vulnerables a la ansiedad y fallan en el empleo de estrategias de autorregulación, por lo que les requiere mucha energía y esfuerzo manejar los niveles de ansiedad para no sentirse desbordados constantemente y estar bien regulados emocionalmente.

La intervención preventiva debe apuntar tanto a la circunstancia que la precede en el ámbito escolar, como en otros ámbitos de su vida diaria donde ocurren, o desde donde se observan factores que la predisponen.

Algunos de los factores gatillantes dentro del establecimiento pueden ser:

- Días de celebración (Día del estudiante, aniversario, etc)
- Dinámicas dentro de las asignaturas y/o recreos
- Actos
- Actividades extraprogramáticas
- Modificación de horarios y/o rutinas
- Cambios en el personal
- Contaminación acústica y/o visual en el entorno (comedor, sala de clases, etc.)
- Interacción entre estudiantes de igual o distinto nivel

Cabe mencionar que todo funcionario de la comunidad debe estar informado de estos factores que pueden desencadenar una DEC.

Por otra parte, dentro de los factores gatillantes presentes fuera del establecimiento (asociados a su entorno familiar) se pueden encontrar:

- Trastorno del sueño
- Problemáticas socio emocionales propias del ciclo vital (ej. relaciones de pareja)
- Problemáticas familiares
- Síntomas depresivos
- Duelo
- Contexto emocional
- Enfermedad crónica
- Escasez de medios materiales de estimulación apropiados para la edad
- Irregularidad en tratamiento farmacológico

Es importante recordar que se debe mantener una comunicación constante con la familia para poder detectar a tiempo estas conductas.

### **3. Acciones para la prevención**

**3.1 Intencionar la proxémica adecuada del adulto hacia el/la estudiante**, por ejemplo: nivelar la comunicación cara a cara a la altura del estudiante, manteniendo la calma y un tono de voz adecuado a la situación.

**3.2 Redirigir momentáneamente al/la estudiante hacia otro foco de atención** con alguna actividad que esté muy a mano, por ejemplo, pedirle que ayude a distribuir materiales, que ayude con el computador (sala de enlace) u otros apoyos tecnológicos. Si estas medidas no muestran resultado, el/la estudiante podría asistir a un espacio de contención seguro.

**3.3 Facilitar la comunicación, ayudando a que se exprese de una manera diferente a la desregulación emocional y conductual**, realizando preguntas abiertas, por ejemplo: *¿hay algo que te está molestando?, ¿cómo te sientes?, ¿hay algo que quieras hacer ahora?, si me lo cuentas, juntos/as podemos buscar que te sientas mejor.* Las preguntas y la forma de hacerlas deben ser adaptadas a la edad y condición del estudiante.

**3.4 Otorgar tiempos de descanso, cuando sea pertinente, a los/as estudiantes en riesgo de desregulación emocional y/o conductual,** por ejemplo, ir al baño o salir de la sala acompañado de un funcionario del establecimiento, previamente establecido y acordado con el/la estudiante y su familia, tras lo cual debe volver a finalizar la actividad. Además, en algunos casos se puede considerar reducción de jornada por un tiempo estimado, en acuerdo con el equipo de aula y apoderado.

**3.5 Diseñar con anterioridad reglas de aula,** sobre cómo actuar en momentos en que cualquier estudiante durante la clase se sienta especialmente incómodo/a, frustrado/a o angustiado/a, adecuando el lenguaje a la edad y utilizando, si se requiere, apoyos visuales u otros pertinentes adaptados a la diversidad del curso. Estipular cómo el/la estudiante hará saber de esto a su docente y profesionales de apoyo en aula, por ejemplo: usar tarjetas de alerta disponibles o una seña previamente consensuada, que el estudiante pueda mostrar al/la docente, para que se inicie el accionar conforme a este protocolo en lo que respecta a la etapa inicial.

#### IV. INTERVENCIÓN SEGÚN NIVEL DE INTENSIDAD DE LA DEC

##### 1. Identificar etapa de evolución de la DEC

Para efectos de organización de los apoyos, se describen 3 etapas por grado de intensidad de la desregulación y complejidad de los apoyos requeridos.

Etapa	Apoyos
<p><b>(1) Etapa inicial: posterior a haber intentado un manejo general sin resultados positivos y sin que se visualice riesgo para sí mismo/a o terceros.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adecuar la actividad, la forma o los materiales de acuerdo con las características del estudiante, para realizar la tarea que se está llevando a cabo. Por ejemplo, cuando reacciona con frustración en alguna actividad artística con témpera, permitir que utilice otros materiales para lograr el mismo objetivo.</li> <li>- En los más pequeños pueden usarse rincones con casas de juego donde pueda permanecer al detectarse fase inicial de la desregulación y antes de su amplificación en intensidad, desde donde pueda ser atendido y monitoreado por un adulto hasta se restablezca a su estado inicial, permitir llevar objetos de apego si los tiene.</li> <li>- Utilizar el conocimiento sobre cuáles son sus intereses, cosas favoritas, hobbies, objeto de apego en la estrategia de apoyo inicial a la autorregulación.</li> <li>- Si la estrategia anterior no da resultado, se sugiere retirar al estudiante del ambiente estresor; permitir salir un tiempo corto y determinado a un lugar que le facilite el manejo de la ansiedad y la autorregulación emocional, acompañado de un funcionario, el cual puede realizar las siguientes acciones:  <b>Acciones o actividades sugeridas:</b></li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Iniciar contención emocional-verbal, haciéndole saber al/la estudiante que está ahí para ayudarle</li> <li>● Poner música que al/la estudiante le guste</li> <li>● Preguntarle si desea dibujar lo ocurrido</li> <li>● Ofrecer elemento de apego (si es que el/la estudiante cuenta con él) como un muñeco, juguete o foto</li> </ul> <p>* Se sugiere intentar dar más de una alternativa, probando su efectividad por un tiempo, para que el/la estudiante pueda elegir como un primer paso hacia el autocontrol; en paralelo, obtener información sobre el estado del/la estudiante antes de la desregulación (por ejemplo, si tomó desayuno, si durmió bien, etc).</p>
<p><b>(2) Etapa de aumento de la desregulación emocional y conductual, con ausencia de autocontroles inhibitorios cognitivos y riesgo para sí mismo/a o terceros.</b></p>	<p>El/la estudiante no responde a comunicación verbal, ni a una mirada o intervenciones de terceros, además, aumenta la agitación motora sin lograr conectar con su entorno de manera adecuada.</p> <p>Se sugiere acompañar y no interferir en su proceso de manera invasiva, considerando las siguientes acciones:</p> <p><b>Acciones o actividades sugeridas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Pedir que efectúe algún ejercicio físico y/o artístico</li> <li>● Permitirle ir a un lugar que le ofrezca calma o regulación sensorio motriz (por ejemplo, un espacio de contención segura pre-acordada que tenga algunos implementos que le faciliten volver a la calma).</li> <li>● Permitir, cuando la intensidad vaya cediendo, la expresión de lo que le sucede o de cómo se siente, con una persona que represente algún vínculo para él/ella, en un espacio diferente al aula común, a través de conversación, dibujos u otra actividad que para el/la estudiante sea cómoda.</li> </ul> <p>Conceder un tiempo de descanso cuando la desregulación haya cedido.</p> <p><b>Ambiente sugerido:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Resguardar/llevar al estudiante a un lugar seguro, idealmente en un primer piso. Por ejemplo: sala de recursos, CRA, espacio de contención seguro.</li> <li>● Evitar trasladarlo a lugares con ventanales en techos o ventanas sin cortinas, o con estímulos similares a los desencadenantes de la crisis de desregulación (por ejemplo, imágenes, olores, que lo miren a los ojos preguntándole por su estado).</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Retirar elementos peligrosos que estén al alcance de los/as estudiantes: tijeras, cuchillos cartoneros, piedras, palos, etc.</li> <li>● Reducir estímulos que provoquen inquietud, por ejemplo: luz, ruidos, etc.</li> <li>● Evitar aglomeraciones de personas que observan, sean estos niños/as o adultos.</li> </ul>
<p><b>(3) Etapa de descontrol y riesgos para sí mismo/a o terceros.</b></p>	<p>El descontrol y los riesgos para sí mismo/a o terceros implican la necesidad de contener físicamente al estudiante. Esta contención tiene el objetivo de inmovilizar al/a la estudiante para evitar que se produzca daño a él/ella o a terceros, por lo que se recomienda realizarla <b>SÓLO EN CASO DE EXTREMO RIESGO</b> para éste/a o para otras personas de la comunidad educativa.</p> <p>Su realización debe ser efectuada por un/a profesional capacitado que maneje las técnicas apropiadas: acción de mecedora o abrazo profundo.</p> <p>Para efectuar este tipo de contención el estudiante debe dar indicios de aceptarla; ya que puede tener repercusiones negativas en el momento o a futuro.</p> <p>Definir personal necesario y roles de cada uno/a, duración de la contención física, cuándo y dónde dar por finalizado su uso, como actuar con el/la estudiantes después (ver flujograma anexo).</p> <p>En casos extremos puede requerirse traslado a centros de salud, para lo cual es relevante el establecimiento pueda previamente establecer, de manera conjunta con el centro de salud más cercano, la forma de proceder, y definir en acuerdo con apoderado la forma de traslado, en apego a la normativa y la seguridad de todas las partes.</p>

## 2. Funcionarios a cargo en etapa 1, 2 y 3 de DEC

A continuación se describen los funcionarios que participan del proceso de DEC.

<p><b>ETAPA PREVENTIVA</b></p>	<p><b>Profesor de asignatura</b></p> <p>El/la profesor/a presente en el momento en que el/la estudiante muestra indicadores emocionales como tensión, ansiedad,</p>
--------------------------------	---

	temor, ira o frustración; este funcionario será quién inicie las medidas preventivas para evitar la DEC (descritas en el punto III).
--	--

<b>ETAPA (1)</b>	<p><b>Inspector/a</b></p> <p>Mediador y acompañante directo del estudiante durante todo el proceso, ya sea en aula o fuera de ella. Debe manejar la situación con tono de voz pasivo, bajo y cariñoso; no demostrar enojo, ansiedad o miedo, al contrario, debe mostrarse tranquilo, procurando no alterar más la situación.</p> <p>Si no logra manejar la situación debe llamar a los funcionarios involucrados en la Etapa (2).</p>
------------------	---

<b>ETAPA (2)</b>	<i>Estudiante no perteneciente al PIE:</i> <b>Funcionario de convivencia Escolar (idealmente Psicóloga)</b>
	<i>Estudiante perteneciente al PIE:</i> <b>Funcionario del Programa de Integración Escolar (idealmente Profesor/a diferencial)</b>
	Persona que idealmente tenga un vínculo afectivo, que entregue apoyo y contención al/la estudiante que manifiesta conducta disruptiva significativa, la cual implica un riesgo para sí mismo o para los demás.

<b>ETAPA (3)</b>	<i>Estudiante no perteneciente al PIE:</i> <b>Funcionarios de convivencia Escolar (idealmente Psicóloga más personal de apoyo)</b>
	<i>Estudiante perteneciente al PIE:</i> <b>Funcionarios del Programa de Integración Escolar (idealmente Terapeuta ocupacional o Psicóloga más otro/a funcionario/a PIE)</b>
	Posterior a realizar la contención y evitar el riesgo del/la estudiante para sí mismo o para otros, esta persona será la encargada de coordinar la información y dar aviso al resto del personal según corresponda (solicitar llamar por teléfono, en caso de ser necesario).

Es imprescindible que al finalizar la intervención de la DEC, se debe dejar constancia en el libro de "Registro de desregulaciones" para además, evaluar la evolución en el tiempo de la conducta conforme a la intervención planificada. Este registro estará a cargo de alguno de los profesionales involucrados en el proceso.

### **3. Información a la familia y/o apoderada/o (solo en Etapa 3)**

Será encargado de comunicar a la familia/apoderada/o el inspector de patio designado o convivencia escolar (dependiendo del caso), el que dará aviso o citará al apoderado/a, quien debe estar informado de la situación. Posterior a esto, si fuera necesario, se coordinará una reunión para compartir información relevante de la situación entre el establecimiento y la familia, y de esta manera, tomar acuerdos a futuro.

- Es importante considerar en todas las etapas descritas: no regañar al estudiante, no invalidar, no amenazar con futuras sanciones o pedirle que “no se enoje”, ni tampoco intentar razonar con él respecto a su conducta en ese momento.

# ACCIONES DEC

