Educa CAECH

RECURSO GRATUITO · LEY TEA N° 21.545

Guía práctica de regulación emocional y conductual para estudiantes autistas en el aula

Estrategias de prevención, actuación y reparación alineadas con la Ley N° 21.545, la Circular N° 586 de la Superintendencia de Educación y las orientaciones del Ministerio de Educación.

INCLUYE
Marco normativo resumido y enlaces oficiales

INCLUYE
Las 3 fases de una desregulación y qué hacer en cada una

IMPRIMIBLE
Termómetro de emociones para el aula

IMPRIMIBLE
Bitácora DEC y ficha base de PAEC

Para docentes, educadoras diferenciales, equipos PIE, asistentes de la educación y equipos directivos

www.caech.cl
Edición noviembre 2026

1 · MARCO NORMATIVO

¿Qué exige hoy la normativa a los establecimientos?

La regulación emocional y conductual de estudiantes autistas dejó de ser solo una buena práctica: hoy es una obligación de todo establecimiento educacional, público o privado, en todos los niveles y modalidades. Estos son los cuatro documentos clave que todo equipo debería conocer.

1 Ley N° 21.545 (Ley TEA), 2023

Establece la promoción de la inclusión, la atención integral y la protección de los derechos de las personas autistas en el ámbito social, de salud y educación. En educación, obliga a los establecimientos a resguardar la permanencia, participación y progreso de sus estudiantes autistas, incluyendo un acompañamiento social y emocional ajustado a sus necesidades de apoyo.

Texto oficial: bcn.cl/3c7a8

2 Circular N° 586 de la Superintendencia de Educación (Res. Ex. N° 586, 27-12-2023)

Imparte instrucciones a todos los establecimientos sobre la inclusión y protección de párvulos y estudiantes autistas. Entre otras medidas, exige:

- Un **Plan de Acompañamiento Emocional y Conductual (PAEC)** preventivo para cada estudiante autista, elaborado junto a su familia.
- Un **protocolo de respuesta a situaciones de desregulación emocional y conductual (DEC)** en el Reglamento Interno.
- No sancionar conductas que se explican por una desregulación, y aplicar medidas de acompañamiento y apoyo psicosocial después de cada episodio, para el estudiante y para quienes se vieron afectados.

Texto oficial: bcn.cl/3l0z4

3 Orientaciones Mineduc: Protocolo de respuesta a situaciones de DEC (2022)

Documento de la Unidad de Educación Especial del Ministerio de Educación que orienta la elaboración del protocolo DEC: prevención, intervención según la intensidad del episodio, reparación posterior y una bitácora de registro. Es la base de la mayoría de los protocolos escolares vigentes.

Disponible en especial.mineduc.cl → Implementación Ley N° 21.545

4 Aulas sensoriales y espacios de acompañamiento (Mineduc, 2025)

El Ministerio de Educación lanzó una convocatoria para habilitar aulas sensoriales y espacios de acompañamiento en establecimientos públicos, para estudiantes autistas y para quienes presentan episodios de desregulación emocional. Uno de los requisitos pedagógicos para postular era contar con protocolo DEC.

Ficha oficial: ayudamineduc.cl · Proyecto Aulas Sensoriales

Idea clave: la normativa pone el foco en la **prevención**. El protocolo DEC responde a la crisis, pero el PAEC y las estrategias de aula son las que evitan que la crisis ocurra.

Una desregulación no es una “pataleta” ni un mal comportamiento

Las orientaciones ministeriales entienden la **desregulación emocional y conductual (DEC)** como la reacción motora y emocional ante uno o varios estímulos o situaciones desencadenantes, en la que el estudiante, por su edad, su desarrollo o su condición, no logra comprender su estado emocional ni expresarlo o regularlo de forma adaptativa.

En estudiantes autistas, la desregulación suele estar asociada a sobrecarga sensorial (ruido, luz, olores, contacto), cambios inesperados de rutina, dificultades para comunicar una necesidad, demandas que superan sus apoyos disponibles o acumulación de cansancio a lo largo de la jornada. No es intencional ni manipulación: es una señal de que el entorno superó la capacidad de regulación en ese momento.

Las 3 fases de una desregulación

1. Escalamiento

“Se enciende la alerta”. Aparecen señales previas: inquietud, movimientos repetitivos más intensos, taparse los oídos, negativa, aumento del tono de voz, aislamiento.

2. Desregulación

“La tormenta”. El estudiante pierde el control de su conducta: gritos, llanto, huida, autoagresión o agresión. El razonamiento verbal no funciona en esta fase.

3. Recuperación y reparación

“Volver a la calma”. Disminuye la intensidad, aparece cansancio. Es el momento de acompañar, reparar y, más tarde, conversar y aprender.

Desencadenantes frecuentes que conviene mapear

Sensoriales

- Timbre, recreos, ruido de sala o comedor
- Luz fluorescente o muy intensa
- Olores fuertes, texturas, contacto físico no anticipado
- Aglomeraciones (filas, actos, salidas)

Comunicativos y de rutina

- Cambios de horario, profesor reemplazante o sala
- Instrucciones largas o ambiguas
- Transiciones bruscas entre actividades
- No poder expresar dolor, hambre, frustración o una necesidad

Sociales

- Burlas, conflictos o exclusión entre pares
- Exposición pública (disertaciones, ser corregido delante del curso)
- Juegos con reglas poco claras

Físicos y de carga

- Hambre, sueño, dolor, malestar
- Acumulación de demandas en la jornada
- Tareas sin apoyos visuales ni pasos claros

Tip: registre en la bitácora DEC (pág. 7) qué ocurrió *antes* de cada episodio. Tras 3 o 4 registros suelen aparecer patrones que permiten anticiparse.

10 estrategias preventivas que puede aplicar mañana

La mayor parte del trabajo ocurre antes de la crisis. Estas estrategias benefician a todo el curso, no solo al estudiante autista, y son coherentes con el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA).

1 Anticipe con apoyos visuales

Agenda visual del día en la pizarra o en el puesto. Marque lo que ya se hizo y avise con tiempo cualquier cambio.

2 Estructure las transiciones

Avise “faltan 5 minutos”, use un temporizador visible y una señal estable para cambiar de actividad.

3 Instrucciones cortas y concretas

Una instrucción a la vez, en positivo (“camina” en vez de “no corras”), apoyada con imagen o ejemplo.

4 Ajuste el ambiente sensorial

Ubique al estudiante lejos de puertas y ventanas ruidosas, reduzca estímulos en la pared frontal y permita audífonos cancelan-ruido si los usa.

5 Rincón o espacio de calma

Un lugar acordado, dentro o cerca de la sala, con elementos de regulación (cojín, material sensorial, tarjetas). Se usa también cuando está tranquilo, para que sea familiar.

6 Pausas activas programadas

Pausas de movimiento breves y planificadas, en lugar de esperar a que aparezca la inquietud.

7 Tarjeta de “necesito una pausa”

Un modo acordado y no verbal de pedir salir o bajar la exigencia. Responda siempre que se use, para que funcione.

8 Enseñe a reconocer emociones

Use el termómetro de emociones (pág. 6) varias veces al día: “¿en qué número estás?”. Lo que se nombra, se puede regular.

9 Refuerce la conducta esperada

Elogie de forma concreta y oportuna (“esperaste tu turno, muy bien”). Use sus intereses como motivador.

10 Coordine con familia y equipo

Comparta lo que funciona en casa y en el aula. El PAEC debe ser un acuerdo vivo, revisado periódicamente.

Recuerde: la Circular N° 586 indica que el PAEC se elabora **en conjunto con la familia** e identifica señales de alerta, desencadenantes, estrategias que ayudan y la persona de referencia del estudiante en el establecimiento.

4 · ACTUACIÓN POR FASE

Qué hacer y qué evitar en cada momento

Fase	Qué hacer	Qué evitar
Escalamiento Se enciende la alerta	• Acercarse con calma, voz baja y frases cortas. • Ofrecer opciones simples: “¿agua o rincón de calma?”. • Reducir la demanda de la tarea y los estímulos. • Redirigir hacia un interés o actividad reguladora. • Ofrecer la pausa acordada en el PAEC.	• Exigir que termine la tarea “ahora”. • Corregir o llamar la atención frente al curso. • Amenazar con sanciones o anotaciones. • Rodearlo con varios adultos.
Desregulación La tormenta	• Priorizar la seguridad: retirar objetos peligrosos y, si es necesario, al resto del curso. • Un solo adulto de referencia, idealmente el definido en el PAEC; otro adulto apoya a distancia. • Hablar poco, mantener distancia y tono calmado. • Trasladar a un espacio seguro y con menos estímulos cuando sea posible. • Avisar a la familia según lo establecido en el protocolo.	• Razonar, discutir o pedir explicaciones. • Contacto físico no acordado; la contención física es un último recurso, solo ante riesgo inminente y según el protocolo. • Gritar, castigar o dejarlo solo. • Grabar o exponer al estudiante.
Recuperación y reparación Volver a la calma	• Dar tiempo y un espacio tranquilo; ofrecer agua. • Validar: “estabas muy molesto, ya pasó, estoy contigo”. • Reintegrar de forma gradual a la sala con una tarea simple. • Completar la bitácora DEC el mismo día. • Acompañar también a compañeros y adultos afectados.	• Exigir disculpas inmediatas. • Retomar el tema mientras sigue agotado. • Aplicar sanciones por conductas propias de la desregulación.

Después del episodio: cuando el estudiante esté completamente regulado (puede ser al día siguiente), converse con apoyos visuales sobre qué pasó, qué sintió y qué puede ayudarle la próxima vez. Luego, el equipo revisa la bitácora y ajusta el PAEC.

Reintegro pedagógico: volver a la sala no significa retomar exactamente donde quedó. Ofrezca una tarea breve y alcanzable que le permita vivir una experiencia de logro y reconectarse con el grupo.

MATERIAL IMPRIMIBLE · PARA EL AULA

Mi termómetro de emociones

Imprima esta página (idealmente en color), plastifíquela y péguela en el puesto del estudiante o en el rincón de calma. Pregunte varias veces al día: **"¿En qué número estás?"**. Acuerden juntos qué ayuda en cada nivel y escríbanlo abajo.

1	2	3	4	5
Tranquilo	**Un poco inquieto**	**Incómodo**	**Muy molesto**	**Explotando**
Me siento bien y puedo trabajar.	Algo me molesta, pero puedo seguir.	Me cuesta concentrarme. Necesito ayuda.	Necesito una pausa ahora.	Necesito ir a mi lugar seguro con un adulto.

Lo que me ayuda en cada nivel

Nivel	Lo que puedo hacer / lo que me ayuda
1 · 2	
3	
4	
5	

Mi adulto de confianza es: _____

Mi lugar seguro es: _____

MATERIAL IMPRIMIBLE · PARA EL EQUIPO

Bitácora de desregulación (DEC) — registro breve

Formato de apoyo basado en los elementos que sugieren las orientaciones del Mineduc. Adáptelo al protocolo DEC de su Reglamento Interno.

Estudiante / curso	
Fecha, hora y lugar	
¿Qué ocurrió antes? (desencadenante)	
Señales de alerta observadas	
Conductas durante el episodio e intensidad	
Acciones realizadas y adultos que intervinieron	
Duración aproximada	
Comunicación con la familia (quién, cómo, hora)	
Reparación y reintegro	
Aprendizajes / ajustes al PAEC	

Ficha base para el PAEC

- [ ] Intereses y fortalezas del estudiante (para motivar y redirigir).
- [ ] Desencadenantes conocidos (sensoriales, comunicativos, sociales, físicos).
- [ ] Señales de alerta propias de este estudiante.
- [ ] Estrategias que le ayudan a regularse y las que no funcionan.
- [ ] Adulto de referencia y reemplazo; espacio seguro definido.
- [ ] Ajustes razonables acordados (sensoriales, de jornada, evaluación, recreos).
- [ ] Forma y momento de comunicación con la familia; fecha de revisión del plan.

PROFUNDICE CON SU EQUIPO

Capacitaciones de Educación Especial de Educa CAECH

Cursos con Registro ATE, en modalidad presencial y telepresencial, para que todo el equipo maneje el mismo lenguaje y las mismas estrategias. Financiables con recursos SEP, PIE o PME.

CURSO DESTACADO

Estrategias de Regulación Emocional y Conductual para Estudiantes con TEA

Estrategias prácticas y basadas en evidencia para favorecer la regulación emocional y conductual, prevenir desregulaciones y responder de forma inclusiva, en línea con la Ley N° 21.545.

Ver curso → caech.cl/cursos/estrategias-de-regulacion-emocional-y-conductual-para-estudiantes-con-tea

Habilidades Sociales para la Inclusión de Estudiantes con TEA

Fortalece las competencias de docentes y profesionales para implementar estrategias efectivas de desarrollo de habilidades sociales en estudiantes autistas.

Ver curso → caech.cl/cursos/habilidades-sociales-para-la-inclusion-de-estudiantes-con-tea

Neurodiversidad y Estrategias Prácticas para la Inclusión de Estudiantes con TEA

Para docentes, asistentes, profesionales PIE y directivos: estrategias de comunicación, enseñanza estructurada y manejo de conductas para una inclusión efectiva.

Ver curso → caech.cl/cursos/neurodiversidad-y-estrategias-practicas-para-la-inclusion-de-estudiantes-con-tea

¿Quiere capacitar a su comunidad educativa?

Escríbanos por WhatsApp al **+56 9 9055 8440** o visite **www.caech.cl**. 12 años de trayectoria y más de 3.000 instituciones capacitadas.

Fuentes y enlaces oficiales

- Ley N° 21.545, que establece la promoción de la inclusión, la atención integral y la protección de los derechos de las personas con trastorno del espectro autista (2023). bcn.cl/3c7a8
- Superintendencia de Educación. Resolución Exenta N° 586 que aprueba la Circular N° 586 (27-12-2023). bcn.cl/3l0z4
- Ministerio de Educación, Unidad de Educación Especial (2022). Orientaciones: Protocolo de respuesta a situaciones de desregulación emocional y conductual de estudiantes en establecimientos educacionales. especial.mineduc.cl
- Ayuda Mineduc. Ley TEA 21.545 – preguntas frecuentes. ayudamineduc.cl
- Ayuda Mineduc. Proyecto Aulas Sensoriales. ayudamineduc.cl

Esta guía es un material de apoyo pedagógico y no reemplaza el protocolo DEC ni el Reglamento Interno de cada establecimiento, ni la evaluación de profesionales de la salud.