



## ADAPTACIÓN DE PROTOCOLOS DE EMERGENCIA PARA ESTUDIANTES CON TRASTORNOS DEL ESPECTRO AUTISTA EN ENTORNOS ESCOLARES EN EL COLEGIO LATINO DE MEDELLÍN ANTIOQUIA

Adaptation of emergency protocols for students with autism spectrum disorders in school environments at colegio latino in medellín, Antioquia

Alejandro Cardona Múnera  
Licenciatura en Biología

<sup>a</sup> Universidad Santo Tomás de Aquino, Medellín, Antioquia, Colombia.

\*Autor de correspondencia: [alejandrocardona@usantotomas.edu.co](mailto:alejandrocardona@usantotomas.edu.co)

---

### Resumen

El presente proyecto presenta la necesidad de adaptar los protocolos de emergencia en instituciones educativas para dar respuesta adecuadamente a los requerimientos de estudiantes con TEA. Para ello, se trabajó con una muestra conformada por 25 docentes, 5 profesionales de apoyo (psicólogos y especialistas en educación inclusiva) y 30 padres de familia de instituciones educativas de Bogotá. A través de una metodología mixta que integra entrevistas, encuestas y observaciones directas, se identificaron retos importantes en la comprensión y respuesta de los estudiantes con TEA frente a situaciones de emergencia. Con base en estos hallazgos, se diseñaron materiales educativos y protocolos adaptados, además de capacitaciones dirigidas al personal docente, con el fin de fortalecer la preparación institucional. Los resultados evidencian que la personalización de los protocolos y la formación continua de los educadores son aspectos importantes para brindar la seguridad y el bienestar del estudiantado con TEA, contribuyendo al desarrollo de entornos escolares más inclusivos y preparados.

**Palabras clave:**



Emergencia, inclusión, autismo, protocolos, educación.

---

### **Abstract**

This project examines the need to adapt emergency protocols in educational institutions to adequately address the needs of students with ASD. The study was carried out with a sample consisting of 25 teachers, 5 support professionals (psychologists and specialists in inclusive education), and 30 parents from schools in Bogotá. Using a mixed-methods approach that combined interviews, surveys, and direct observations, the research identified significant challenges in how students with ASD understand and respond during emergency situations. Based on these findings, educational materials and adapted protocols were designed, along with training sessions for teachers to strengthen institutional preparedness. The results highlight that personalized protocols and continuous teacher training are key to ensuring the safety and well-being of students with ASD, while also fostering more inclusive and better-prepared school environments.

### **Key Word:**

Emergency, Inclusion, Autism, Protocols, Education



## Introducción

La educación con principios de inclusión busca garantizar que los estudiantes, sin importar sus condiciones particulares, puedan beneficiarse de una formación significativa (Ministerio de Educación Nacional de Colombia, n.d.). Sin embargo, aspectos como la seguridad en situaciones de emergencia han sido tradicionalmente poco considerados dentro del diseño de protocolos escolares (Adaptación de protocolos de emergencia para estudiantes con TEA, 2023). En particular, los estudiantes con TEA enfrentan retos específicos frente a eventos inesperados que requieren respuestas rápidas y coordinadas, debido a las dificultades en la comunicación y la gestión de situaciones de estrés (Trastornos del espectro autista: evidencia científica sobre la detección, el diagnóstico y el tratamiento, 2023).

Este proyecto parte del reconocimiento de esa necesidad urgente de adaptación y propone una respuesta desde un enfoque pedagógico, práctico y humanista, en concordancia con las políticas públicas y la normativa vigente sobre inclusión educativa en Colombia (Análisis y evaluación de los decretos 366 de 2009 y 1421 de 2017 sobre educación inclusiva en Bogotá, 2023).



## Justificación

Los estudiantes con Trastorno del Espectro Autista suelen presentar dificultades en la comunicación, la interacción social y la adaptación a cambios repentinos, lo que los hace particularmente vulnerables durante situaciones de emergencia (Trastornos del espectro autista: evidencia científica sobre la detección, el diagnóstico y el tratamiento, 2023). Sin embargo, en muchos contextos escolares los protocolos de emergencia no contemplan sus necesidades específicas, y el personal educativo no siempre cuenta con la capacitación adecuada para actuar con eficacia y oportunidad (Adaptación de protocolos de emergencia para estudiantes con Trastornos del Espectro Autista, 2023).

De acuerdo con el Ministerio de Educación Nacional de Colombia (n.d.), la política pública de educación inclusiva reconoce la importancia de garantizar la protección y el bienestar de los estudiantes. A pesar de ello, estudios recientes han evidenciado que aún existen vacíos en la implementación de protocolos adaptados, lo que incrementa el riesgo tanto para los estudiantes con TEA como para la comunidad escolar en general (Análisis y evaluación de los decretos 366 de 2009 y 1421 de 2017 sobre educación inclusiva en Bogotá, 2023).

Esta investigación se justifica en la necesidad de cerrar esa brecha desde un enfoque educativo, pedagógico y humano, desarrollando protocolos adaptados que promuevan entornos más seguros, conscientes e inclusivos. Además, se busca aportar a la literatura



académica y a la práctica educativa mediante la integración de datos y experiencias que fortalezcan la gestión de emergencias en el marco de la inclusión escolar.

### **Objetivo general**

Adaptar y elaborar una cartilla con protocolos de emergencia dirigidos a estudiantes con Trastorno del Espectro Autista en entornos escolares, que incluya herramientas prácticas y formación para docentes y estudiantes, con el fin de asegurar una respuesta adecuada y segura en situaciones de emergencia.

### **Objetivos Específicos**

- Identificar las necesidades particulares de los estudiantes con TEA y de los docentes en el contexto de situaciones de emergencia.
- Diseñar materiales educativos y protocolos adaptados que respondan a esas necesidades.
- Implementar procesos de capacitación y simulacros que permitan poner en práctica los protocolos desarrollados.
- Recoger retroalimentación de los participantes para ajustar y fortalecer la cartilla propuesta.

### **Aspectos Teóricos**

INCLUSIÓN EDUCATIVA DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES CON TRASTORNO DE ESPECTRO AUTISTA EN BOGOTÁ A PARTIR DE LA FORMULACIÓN DE LOS DECRETOS 366 DE 2009 Y 1421 DE 2017



Tobón, M., & Amparo, G. (2020). Inclusión educativa de niños, niñas y adolescentes con trastorno de espectro autista en Bogotá a partir de la formulación de los decretos 366 de 2009 y 1421 de 2017. Bogotá - Derecho, Ciencias Humanas y Sociales - Maestría en Derecho. (<https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/78496?show=full>)

El texto "Inclusión Educativa de Niños, Niñas y Adolescentes con Trastorno de Espectro Autista en Bogotá a partir de la Formulación de los Decretos 366 de 2009 y 1421 de 2017" Este estudio presenta un análisis profundo sobre la inclusión del TEA en Bogotá, Colombia. Desde una perspectiva socio-jurídica, se examina la aplicación y el impacto de los Decretos 366 de 2009 y 1421 de 2017 en el desarrollo de políticas de inclusión dentro del sistema educativo.

El trabajo se organiza en tres capítulos principales:

1. Recorrido histórico y normativo:

Se realiza una revisión detallada del marco legal, tanto a nivel internacional como nacional, en cuanto al derecho a la educación de los educandos con discapacidad. El análisis se centra particularmente en los Decretos 366 de 2009 y 1421 de 2017, resaltando el papel fundamental de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, firmada y ratificada por Colombia, como base para apuntar hacia una educación verdaderamente inclusiva.

2. Política pública de educación inclusiva en Bogotá:



Este capítulo aborda la inclusión educativa en la ciudad desde el enfoque del modelo constitucional colombiano. Se hace énfasis en el comienzo superior del niño y en el cuidado de los derechos. Asimismo, se analizan los avances logrados, los obstáculos enfrentados y las acciones necesarias para fortalecer la implementación de programas inclusivos en el ámbito escolar.

### 3. Evaluación de los Decretos 366 de 2009 y 1421 de 2017:

Se examina la eficacia real de estas normativas en lo que respecta a la inclusión educativa de estudiantes con TEA. La evaluación se basa en los principios de accesibilidad, asequibilidad, aceptabilidad y adaptabilidad. Además, se valora si los decretos se alinean con los derechos fundamentales consagrados en la legislación colombiana.

En su conjunto, el texto ofrece una mirada crítica y completa sobre la actual inclusión de educandos con TEA en Bogotá. Subraya la relevancia de contar con políticas públicas claras, normativas coherentes y acciones concretas que garanticen una educación equitativa para todos.

El estudio también resalta la importancia de abordar esta problemática desde un enfoque interdisciplinario que combine lo legal con lo social. Reafirma la necesidad de asegurar un acceso justo y sin barreras a la educación, reconociendo y valorando la diversidad del estudiantado y promoviendo oportunidades en igualdad de condiciones.



La autora pone de relieve la complejidad de aplicar políticas de inclusión educativa de manera efectiva. Al mismo tiempo, enfatiza la importancia de revisar y ajustar constantemente los marcos normativos vigentes, considerando siempre los contextos.

Finalmente, el texto invita a una reflexión profunda sobre los retos y oportunidades que aún existen en el camino hacia una educación verdaderamente inclusiva para las personas con TEA en Bogotá. A partir de este análisis, se proponen recomendaciones concretas que pueden contribuir a mejorar las políticas actuales y a garantizar, en la práctica, el derecho a la educación con los principios de igualdad, dignidad y justicia social.

## TRASTORNOS DEL ESPECTRO AUTISTA: EVIDENCIA CIENTÍFICA SOBRE LA DETECCIÓN, EL DIAGNÓSTICO Y EL TRATAMIENTO INFORMES DE EVALUACIÓN DE TECNOLOGÍAS SANITARIAS

(N.d.). Retrieved May 21, 2024, from [http://chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://redets.sanidad.gob.es/documentos/OSTEBA\\_TEA.pdf](http://chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://redets.sanidad.gob.es/documentos/OSTEBA_TEA.pdf) (chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://redets.sanidad.gob.es/documentos/OSTEBA\_TEA.pdf)

El informe sobre el TEA presenta un análisis amplio y riguroso de la evidencia científica disponible en torno a esta condición. Aquí se tratan temas clave relacionados con la



identificación, diagnóstico y tratamiento del TEA, haciendo especial énfasis en la importancia de detectar los signos de forma temprana para intervenir de manera oportuna y personalizada.

Entre los enfoques terapéuticos revisados se encuentran intervenciones como la terapia cognitivo-conductual y el uso de herramientas de comunicación aumentativa y alternativa. Estas estrategias han mostrado ser útiles en el manejo de ciertos síntomas del espectro autista, mejorando la calidad de vida de quienes los presentan.

Uno de los puntos importantes del informe es la necesidad de adoptar una mirada multidisciplinaria para abordar el TEA. Esto implica la participación de personal capacitado de la salud mental, docentes especializados y, por supuesto, las familias, quienes desempeñan un papel fundamental en el proceso de acompañamiento y cuidado.

También se analiza cómo ha evolucionado la forma en que se conceptualiza el TEA. A partir de los criterios del DSM-5, se consolidó una visión unificada del trastorno, dejando atrás la clasificación por subtipos que se manejaba en el DSM-IV. Esta nueva perspectiva reconoce la amplia variabilidad con la que se presenta el TEA, agrupándolo dentro de un espectro único que permite una mejor comprensión y abordaje clínico.



Otro aspecto importante que se resalta es la presencia frecuente de condiciones asociadas, como dificultades en el lenguaje, discapacidad intelectual o trastornos de salud mental, las cuales deben ser tenidas en cuenta durante el proceso diagnóstico para garantizar una atención integral.

Además, el informe subraya el impacto emocional y psicológico que el TEA puede tener en el entorno familiar. Por ello, se señala la importancia de brindar apoyo emocional y recursos informativos a padres y cuidadores, con el fin de ayudarles a enfrentar los desafíos cotidianos y a acompañar a sus hijos de la mejor manera posible.

En cuanto a la prevalencia, el informe advierte sobre el aumento constante de casos diagnosticados en los últimos años. Este crecimiento plantea retos importantes en instancias como: salud, educación y la inclusión social, especialmente considerando que las causas del TEA aún no se comprenden completamente. Según estimaciones de la Organización Mundial de la Salud, cerca de 1 de cada 160 niños en el mundo presenta TEA, lo que muestra en evidencia la necesidad de actuar con enfoque, sensibilidad y compromiso.

Finalmente, al adoptar una clasificación basada en un espectro único, como lo propone el DSM-5, se favorece una mejor comprensión de la diversidad de manifestaciones del TEA. Esto también permite que más personas puedan acceder a terapias y apoyos adecuados, sin quedar excluidas por criterios clínicos demasiado rígidos.



## Aspectos pedagógicos

El presente proyecto se fundamenta en el enfoque pedagógico de la inclusiva, el cual busca garantizar una participación y el aprendizaje de los estudiantes, sin importar sus condiciones particulares. El Ministerio de Educación Nacional de Colombia (n.d.) resalta que la inclusión educativa implica no solo el acceso a los contenidos curriculares, sino también la creación de entornos seguros y acogedores que promuevan el bienestar integral del estudiantado.

En el caso de los estudiantes con TEA, la adaptación de protocolos de emergencia constituye una necesidad pedagógica que va más allá de la normativa, ya que se crea en una oportunidad de aprendizaje significativo. Tal como señalan estudios recientes, los protocolos deben diseñarse de manera que los estudiantes comprendan y puedan practicar las acciones requeridas en una emergencia, lo cual demanda estrategias claras y accesibles (Adaptación de protocolos de emergencia para estudiantes con Trastornos del Espectro Autista, 2023).

Desde la dimensión didáctica, se reconoce que los estudiantes con TEA requieren apoyos específicos que favorezcan la comprensión y la anticipación de rutinas. Entre las metodologías más efectivas se destacan el uso de material visual adaptado (cartillas ilustradas, pictogramas, videos), así como la realización de simulacros guiados y repetitivos, que permiten afianzar los aprendizajes de manera práctica (Trastornos del espectro autista: evidencia científica sobre la detección, el diagnóstico y el tratamiento, 2023). Estos recursos



no solo fortalecen la preparación para emergencias, sino que también contribuyen al desarrollo de habilidades de autorregulación y manejo del estrés.

Otro elemento pedagógico clave en este proyecto es el currículo oculto, entendido como los aprendizajes no explícitos pero fundamentales que se adquieren en la escuela, tales como la solidaridad, la convivencia y la gestión emocional. Incorporar en este currículo experiencias que preparen a los estudiantes con TEA para enfrentar emergencias implica una enseñanza que va más allá de lo académico y que contribuye a la formación integral del individuo (Análisis y evaluación de los decretos 366 de 2009 y 1421 de 2017 sobre educación inclusiva en Bogotá, 2023).

En síntesis, el aspecto pedagógico de este proyecto se basa en que la enseñanza debe adaptarse a las características individuales de los estudiantes. Esto exige creatividad, flexibilidad y compromiso docente para transformar los protocolos de emergencia en experiencias educativas inclusivas que promuevan tanto la seguridad como la participación plena de los estudiantes con TEA en la vida escolar.

Técnicas e instrumentos:

Entrevistas semiestructuradas aplicadas a docentes, psicólogos y padres, conformadas por 10 preguntas guía, que permitieron explorar experiencias, percepciones y necesidades frente a emergencias.



Grupos focales con docentes y padres (dos sesiones de 6 a 8 participantes), orientados a la identificación de retos y posibles estrategias.

Encuestas estructuradas a personal escolar, compuestas por 20 ítems de opción múltiple y escala Likert, enfocadas en evaluar conocimientos previos y nivel de preparación.

Observaciones directas realizadas durante simulacros escolares, registradas en formatos de observación y apoyadas con material audiovisual para documentar conductas y reacciones de los estudiantes con TEA.

Procedimiento:

Con base en los hallazgos del diagnóstico, se diseñaron materiales pedagógicos adaptados, tales como guías ilustradas, tarjetas con pictogramas y videos explicativos. Posteriormente, se llevaron a cabo talleres de formación docente y simulacros adaptados, cuya implementación fue evaluada a través de cuestionarios de retroalimentación y registros de observación, con el fin de determinar la efectividad de los protocolos diseñados.

### **Enfoque y Tipo de investigación.**

El enfoque adoptado en este estudio fue mixto, usando y combinando técnicas cualitativas y cuantitativas para obtener una visión integral de la problemática.

### **Población y Muestra.**

La población estuvo conformada por docentes, padres de familia, psicólogos y profesionales de apoyo de instituciones educativas en Bogotá. La muestra seleccionada, de carácter intencional, incluyó:



- 25 docentes de aula,
- 5 psicólogos y especialistas en educación inclusiva,
- 30 padres de familia de estudiantes con TEA,

Grupo	Cantidad	Género (M/F)	Rango de edad	Años de experiencia
Docentes	25	10/15	25-50 años	1-20 años
Psicólogos	5	2/3	28-45 años	3-15 años
Padres de familia	30	12/18	30-55 años	N/A

lo que permitió recoger una diversidad de perspectivas relacionadas con la preparación y respuesta en emergencias escolares.

### **Recolección de datos.**

Los hallazgos del estudio se organizaron en dos dimensiones principales: resultados cuantitativos y resultados cualitativos, con base en los instrumentos aplicados y en la implementación de simulacros escolares.

### **Análisis de datos**

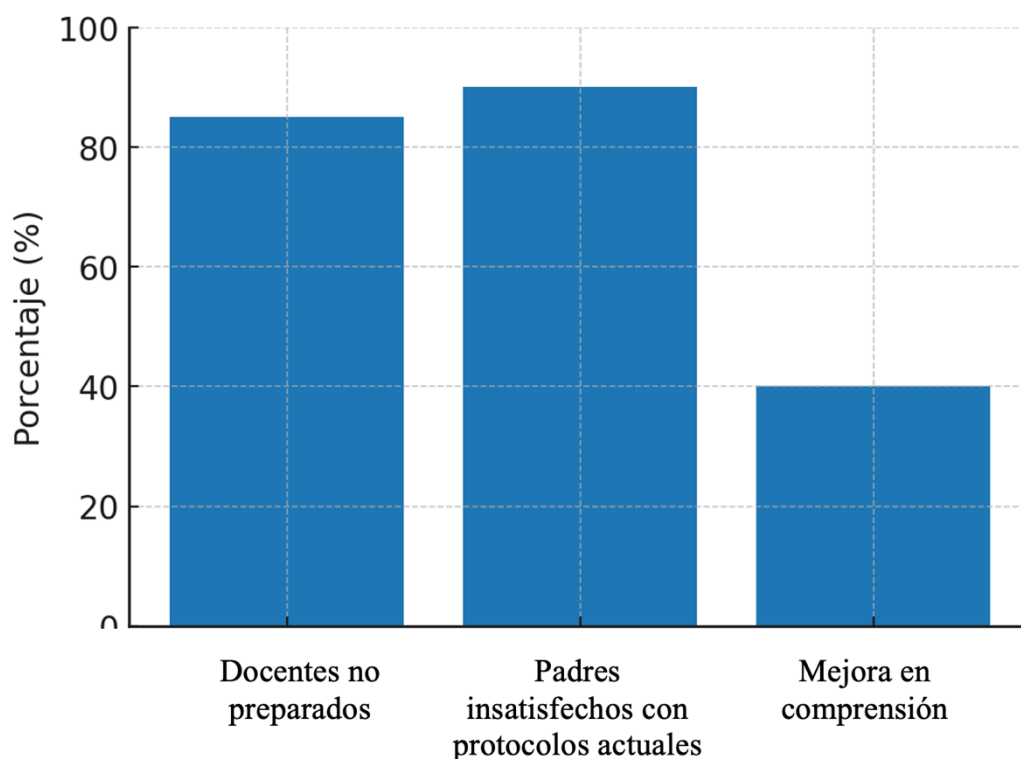
#### **1. Resultados cuantitativos**

En las encuestas aplicadas a 25 docentes, el 85% manifestó no sentirse preparado para manejar emergencias que involucren a estudiantes con TEA. Solo un 15% indicó tener algún nivel de capacitación previa.



El 90% de los padres de familia participantes coincidió en que los protocolos escolares actuales no contemplan las particularidades de sus hijos.

Tras la implementación de materiales educativos adaptados (guías ilustradas, pictogramas y videos), los simulacros mostraron una mejora del 40% en la comprensión de las instrucciones por parte de los estudiantes con TEA.



## 2. Resultados cualitativos

En las entrevistas semiestructuradas con docentes, se identificaron barreras cognitivas, sensoriales y de comunicación que dificultaban la participación de los estudiantes con TEA durante emergencias. Una docente señaló: “Cuando suena la alarma, algunos estudiantes se



paralizan o se tapan los oídos; necesitamos estrategias claras para acompañarlos sin generar más ansiedad”.

Los grupos focales con padres de familia destacaron la importancia de incluir apoyos visuales y ensayos previos a los simulacros. Un padre comentó: “Mi hijo entiende mejor si se le muestran pictogramas o si practica el recorrido antes del simulacro real”.

La colaboración entre docentes, familias y psicólogos fue resaltada como una estrategia clave. Varios participantes coincidieron en que la comunicación constante entre los actores permitió establecer mecanismos de apoyo más efectivos.

### 3. Simulacros adaptados

Se llevaron a cabo dos simulacros escolares adaptados:

En el primero, los estudiantes con TEA mostraron dificultad para seguir instrucciones verbales rápidas, lo que confirmó la necesidad de recursos visuales.

En el segundo simulacro, realizado después de la capacitación docente y el uso de materiales adaptados, se evidenció una mejora significativa en la respuesta de los estudiantes, quienes lograron seguir el recorrido de evacuación con mayor seguridad y menos ansiedad.



#### 4. Síntesis de hallazgos

En conjunto, los resultados muestran que:

La preparación del personal educativo es insuficiente y requiere formación continua.

Los materiales inclusivos (cartillas, pictogramas, videos) tuvieron un impacto positivo comprobado en los simulacros.

La personalización de protocolos y la colaboración entre escuela y familia son factores determinantes para el bienestar de los estudiantes con TEA en emergencias.

Tipo de hallazgo	Evidencia cuantitativa	Evidencia cualitativa	Complementariedad
Preparación del personal	85% de docentes indicó no sentirse preparado en emergencias	Docentes expresaron falta de formación específica y necesidad de capacitaciones	Refuerza la urgencia de procesos de formación docente y protocolos adaptados
Opinión de los padres	90% de padres consideró insuficientes los protocolos	Padres relataron temor e inseguridad frente a emergencias con sus hijos con TEA	Coinciden en la necesidad de mayor claridad y recursos visuales en protocolos
Efectividad de materiales	Mejora del 40% en comprensión tras materiales adaptados	Estudiantes respondieron mejor en simulacros al usar pictogramas y guías ilustradas	Confirma que los apoyos visuales aumentan la seguridad y la participación activa
Trabajo colaborativo	—	Entrevistas y grupos focales resaltaron cooperación entre familias y docentes	Muestra que el trabajo conjunto es clave para consolidar estrategias inclusivas

#### Referencias Bibliográficas.

Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (n.d.). Política pública de educación inclusiva en Bogotá. Recuperado de



[<https://www.mineducacion.gov.co/portal/salaprensa/Noticias/412039:En-el-marco-de-la-politica-publica-de-educacion-inclusiva-el-Ministerio-de-Educacion-aclara-y-ratifica-el-alcance-de-la-Circular-020-de-2022-relacionada-con-la-atencion-educativa-a-estudiantes-con-discapacidad-en-el-pais>]

(2023). Adaptación de protocolos de emergencia para estudiantes con Trastornos del Espectro Autista. En Adaptación de Protocolos de Emergencia para Estudiantes con Trastornos del Espectro Autista en Entornos Escolares; recuperado de (<https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/las-adaptaciones-curriculares-de-escolares-con-trastorno-de-espectro>)

(2023). Análisis y evaluación de los decretos 366 de 2009 y 1421 de 2017 sobre educación inclusiva en Bogotá. Recuperado de [chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/<https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/78496/Inclusi%C3%B3n%20Educativa%20de%20Ni%C3%B1os%20Ni%C3%B1as%20y%20Adolescentes%20con%20Trastorno%20de%20Espectro%20Autista%20en%20Bogot%C3%A1%20a%20partir%20de%20la%20Formulaci%C3%B3n%20de%20los%20Decretos%20366%20de%202009%20y%201421%20de%202017.pdf?sequence=1&isAllowed=y>]



(2023). Trastornos del espectro autista: evidencia científica sobre la detección, el diagnóstico y el tratamiento. Recuperado de [chrome-extension://efaidnbnmnnibpcajpcglclefindmkaj/https://redets.sanidad.gob.es/documentos/O STEBA\_TEA.pdf]

### **Anexos:**

Cartilla de adaptación de protocolos de emergencia para estudiantes con TEA, diseñada para docentes, padres y estudiantes.

Aquí se presentan apartes de la cartilla titulada “¡Estamos Preparados!” es una propuesta didáctica pensada especialmente para estudiantes con Trastornos del Espectro Autista (TEA), con el objetivo de ayudarles a comprender y manejar situaciones de emergencia dentro del entorno escolar. Su valor radica en que no solo ofrece información, sino que lo hace a través de recursos visuales, lenguaje claro y estrategias de acompañamiento emocional, adaptadas a sus necesidades particulares.



Una de las fortalezas más notables de esta cartilla es su enfoque cercano y tranquilizador desde la primera página. La introducción (p. 1) invita a los estudiantes a entender que estar



preparados no tiene que ser algo temido, sino una manera de cuidarse y cuidar a los demás. Transmite un mensaje de colaboración y calma, que marca el tono de todo el material.

En la segunda página, se explican de forma muy accesible los distintos tipos de emergencia que pueden presentarse en la escuela: incendios, temblores, inundaciones y urgencias médicas. Esta parte se apoya en pictogramas que resultan especialmente útiles para estudiantes que procesan mejor la información visual o que tienen dificultades con el lenguaje verbal.

## Sección 1: ¿Qué es una Emergencia?

Una emergencia es una situación inesperada que puede causar daño o peligro. Es importante saber qué tipos de emergencias pueden ocurrir para estar preparados. Aquí hay algunos ejemplos de emergencias:

- **Fuego:** Cuando hay llamas o humo en un lugar, es importante salir rápidamente y seguir las instrucciones de los adultos.
- **Terremoto:** Un movimiento fuerte de la tierra que puede hacer que los objetos se caigan. Durante un terremoto, debemos protegernos debajo de una mesa o en un lugar seguro.
- **Inundación:** Cuando hay demasiada agua en un lugar, como en una tormenta fuerte. Es importante moverse a un lugar más alto y seguro.
- **Emergencia Médica:** Cuando alguien se siente muy mal o se lastima y necesita ayuda de un adulto o un médico.

Para ayudarte a entender mejor cada tipo de emergencia, aquí tienes pictogramas que ilustran cada situación:

**Fuego**  **Terremoto** 

**Inundación**  **Emergencia médica** 



La página 3 está centrada en lo que se debe hacer en caso de que ocurra alguna de estas emergencias. Allí se presentan pasos breves y claros que orientan a los estudiantes en cómo actuar, como escuchar la alarma, mantener la calma o seguir al docente. Estas instrucciones



no solo son prácticas, sino que también aportan previsibilidad, algo muy valioso para quienes tienen TEA.

## SECCIÓN 2: ¿QUÉ HACER EN CASO DE EMERGENCIA?

Recuerda que en cada emergencia, lo más importante es mantener la calma y seguir las instrucciones de los adultos. ¡Estar preparado te ayudará a sentirte más seguro! Es importante saber qué hacer en caso de una emergencia. Aquí te damos instrucciones paso a paso para cada tipo de emergencia:

<b>Fuego</b>  Escuchar la alarma.  Mantener la calma.  Seguir al maestro/a.  Salir por la puerta más cercana. 	<b>Terremoto</b>  Protégete debajo de una mesa.  Cúbrete la cabeza y el cuello.  Espera hasta que el temblor pare.  Sal de la clase cuando sea seguro. 
<b>Inundación</b>  Escuchar las instrucciones del maestro/a.  Moverse a un lugar más alto.  Mantenerse alejado del agua.  Esperar ayuda. 	<b>Emergencia Médica</b>  Llamar a un adulto.  Decir qué le pasa a la persona.  Mantener la calma y ayudar si es seguro.  Esperar a que llegue ayuda. 

Luego, en la página 4, se introducen algunas técnicas sencillas para ayudar a regular la ansiedad o el nerviosismo, como respirar profundo, contar hasta diez o imaginar un lugar tranquilo. Este tipo de herramientas puede marcar una gran diferencia en la respuesta emocional de un estudiante ante una situación de tensión.





## SECCIÓN 3: ESTRATEGIAS PARA MANTENER LA CALMA

En situaciones de emergencia, es normal sentir ansiedad o nerviosismo. Aquí te presentamos algunas técnicas sencillas que pueden ayudarte a manejar esos sentimientos y mantener la calma.




### 1. Respiración Profunda

La respiración profunda es una técnica efectiva para calmarse. Aquí te mostramos cómo hacerlo:

<b>Inhala profundamente por la nariz</b> Cuenta hasta cuatro mientras inhalas. 	<b>Sostén la respiración</b> Mantén el aire en tus pulmones contando hasta cuatro. 
<b>Exhala lentamente por la boca</b> Cuenta hasta cuatro mientras exhalas. 	<b>Repite</b> Haz esto varias veces hasta que te sientas más tranquilo. 

### 2. Contar hasta diez

Contar hasta diez es otra técnica simple que puede ayudarte a calmarte:

<b>Cierra los ojos</b> (si te sientes cómodo) 	<b>Cuenta lentamente</b> Uno, dos, tres, cuatro, cinco, seis, siete, ocho, nueve, diez. 	<b>Concéntrate en los números</b> Esto te ayudará a distraerte de la ansiedad. 
---	---	---

### 3. Visualización

Imagina un lugar tranquilo y seguro, como una playa o un bosque. Cierra los ojos y visualiza ese lugar mientras respiras profundamente. Esto puede ayudarte a sentirte más relajado.





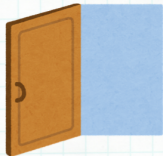

Más adelante, en la página 5, se incluyen pictogramas de comunicación. Estos íconos permiten a los estudiantes expresar cómo se sienten o qué necesitan, incluso si no pueden hacerlo verbalmente. Mensajes como “necesito ayuda” o “estoy asustado” les dan una voz en momentos críticos.



## SECCIÓN 4: RECURSOS VISUALES



Los recursos visuales son herramientas útiles que pueden ayudar a los estudiantes a comunicar sus necesidades durante una emergencia. A continuación, se presentan algunos pictogramas que pueden ser utilizados:

<b>Pictogramas de Comunicación</b>	<b>Necesito ayuda</b> 	<b>Estoy asustado</b> 
	<b>Quiero salir</b> 	<b>Necesito un momento</b> 

En la página 6 se encuentra un espacio abierto para que cada estudiante piense y registre sus propias formas de afrontamiento. También se les invita a dibujar su “lugar seguro”. Esto hace que la cartilla no sea solo una guía, sino también una herramienta personalizable que reconoce la individualidad de cada niño o niña.



## ESPACIO PARA ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

A continuación, se proporciona un espacio donde puedes dibujar o escribir tus propias estrategias de afrontamiento. Esto les permitirá personalizar tus recursos y tener un plan que te ayude a manejar la ansiedad en situaciones difíciles.

Mis Estrategias de Afrontamiento:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Dibujo de mi lugar tranquilo:

La página 7 está dedicada a explicar quiénes son los adultos responsables durante una emergencia. Se mencionan los maestros, el personal de servicios generales y los directivos. Conocer sus roles ayuda a que los estudiantes identifiquen figuras de confianza a quienes pueden acudir.



## SECCION 5: ROLES DE LOS ADULTOS

Durante una emergencia, es fundamental que conozcamos a los adultos responsables que están allí para ayudarnos. A continuación, se presenta una explicación de quiénes son estos adultos y sus roles en la escuela.

### ADULTOS RESPONSABLES DURANTE UNA EMERGENCIA

#### Maestros

- Los maestros son los primeros en guiar a los estudiantes durante una emergencia. Ellos conocen a sus alumnos y pueden ayudarles a mantenerse tranquilos y seguros.

#### Personal de Servicios generales

- El personal de servicios generales está entrenado para manejar situaciones de emergencia. Su función es garantizar la seguridad de todos en la escuela y ayudar en la evacuación si es necesario.

#### Personal Administrativo

- Los administradores, como el director o el coordinador, son responsables de coordinar la respuesta de la escuela durante una emergencia. Ellos toman decisiones importantes para asegurar que todos estén a salvo.



Las páginas 9 recopilan preguntas frecuentes que los estudiantes pueden tener, como qué pasa si se sienten asustados, si pueden llevar sus cosas o qué hacer si no encuentran a su docente. Estas respuestas están planteadas con empatía y contribuyen a reducir la incertidumbre.



## SECCIÓN 6: PREGUNTAS FRECUENTES

En esta sección, abordamos algunas preguntas comunes que los estudiantes pueden tener sobre las emergencias. Es normal tener dudas o preocupaciones, y aquí encontrarás respuestas que pueden ayudarte a sentirte más seguro.

### Preguntas Comunes

- **¿Qué pasa si me siento asustado?**

Está bien sentirse así. Puedes hablar con un adulto, como tu maestro o el enfermero escolar. Ellos están allí para ayudarte y te brindarán apoyo.

- **¿Qué debo hacer si escucho una alarma?**

Cuando escuches una alarma, sigue las instrucciones de tu maestro. Mantén la calma y dirígete al lugar de reunión designado de manera ordenada.

- **¿Puedo llevar mis cosas conmigo durante una evacuación?**

Es mejor dejar tus cosas y salir rápidamente. Tu seguridad es lo más importante. Si tienes tiempo, puedes llevar contigo algo pequeño que te haga sentir más cómodo, como un peluche.

- **¿Qué sucede si no puedo encontrar a mi maestro?**

Si no puedes encontrar a tu maestro, busca a otro adulto de confianza, como un miembro del personal de seguridad o un administrador. Ellos te ayudarán a reunirse con tu grupo.

- **¿Qué debo hacer si me siento perdido o confundido?**

Si te sientes perdido, busca un lugar seguro y espera a que un adulto te encuentre. También puedes buscar a otros estudiantes que conozcas y quedarte con ellos.

- **¿Está bien sentirme triste o enojado después de una emergencia?**

Sí, es completamente normal sentirte así. Hablar sobre tus sentimientos con un adulto o un amigo puede ayudarte a sentirte mejor. No estás solo en esto.

- **¿Cómo puedo prepararme para una emergencia?**

Puedes prepararte aprendiendo sobre los protocolos de emergencia en tu escuela, practicando simulacros y hablando con tus padres sobre lo que harías en diferentes situaciones.

**Recuerda que es normal tener preguntas y sentimientos sobre las emergencias. Siempre hay adultos disponibles para ayudarte y apoyarte. ¡Tu seguridad y bienestar son lo más importante!**



Finalmente, en la página 10, se cierra con un mensaje motivador que refuerza la idea de comunidad, trabajo en equipo y apoyo mutuo. Se les recuerda a los estudiantes que no están solos y que prepararse es una forma de cuidarse entre todos.



## Conclusión

Estar preparados para una emergencia es fundamental para garantizar la seguridad de todos en la escuela. La preparación no solo ayuda a reducir el miedo y la ansiedad, sino que también permite que cada uno de nosotros sepa qué hacer en situaciones difíciles. Recuerda que no estás solo; hay muchos adultos y compañeros a tu alrededor dispuestos a ayudarte y apoyarte.

Es importante entender que la seguridad en la escuela es un trabajo en equipo. Cada persona, desde los maestros hasta el personal de seguridad y los estudiantes, tiene un papel crucial que desempeñar. Juntos, podemos crear un ambiente seguro y solidario donde todos se sientan protegidos y valorados.

Así que, mantén la calma, sigue las instrucciones y recuerda que todos estamos aquí para cuidarnos mutuamente. Con preparación y colaboración, podemos enfrentar cualquier desafío que se presente.

¡Juntos somos más fuertes!



En resumen, la cartilla no solo instruye, sino que también contiene un componente emocional importante. Está construida desde el respeto por la diversidad y pensada para empoderar a los estudiantes con TEA, dándoles herramientas claras y comprensibles para enfrentar situaciones que pueden resultar especialmente desafiantes. Es, sin duda, un recurso muy valioso para avanzar hacia una escuela más inclusiva y segura.