

GUÍA RÁPIDA DE ESTRATEGIAS PARA TUTORES: ACOMPAÑAMIENTO A ESTUDIANTES NEURODIVERGENTES

Autoría: Mixtzin Xally Morales Luna

Este cuadernillo tiene como objetivo brindar herramientas prácticas a los tutores para apoyar a estudiantes con neurodivergencias.

Glosario Técnico para Tutores Universitarios

1. Neurodivergencia: Término que describe a personas cuyo cerebro funciona de manera diferente a lo considerado “típico”. Incluye condiciones como TDAH, autismo, dislexia, discalculia, entre otros.

2. Neurotípico: Persona cuyo estilo de procesamiento, atención, aprendizaje y comportamiento se ajusta al promedio esperado socialmente.

3. TDAH (Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad): Forma de neurodivergencia caracterizada por dificultades en atención sostenida, impulsividad y/o hiperactividad. En adultos universitarios suele

presentarse como desorganización, procrastinación y problemas para priorizar.

4. TEA (Trastorno del Espectro Autista): Condición del neurodesarrollo que afecta la comunicación social y la sensibilidad sensorial, así como patrones de comportamiento estructurados o repetitivos. En universidad suele manifestarse como literalidad, necesidad de estructura y dificultades en lo social.

5. Dislexia: Dificultad específica de aprendizaje que afecta la lectura, el reconocimiento de palabras y, en ocasiones, la escritura y ortografía.

6. Discalculia: Dificultad específica en el procesamiento de conceptos numéricos, cálculo y razonamiento matemático.

7. Disgrafía: Dificultad en la escritura manual, la organización de ideas por escrito y la claridad en el trazo.

8. Funciones Ejecutivas: Conjunto de habilidades cognitivas que permiten organizarse, planear, priorizar, controlar impulsos y regular la atención. Son clave en el rendimiento académico.

9. Hiperfoco: Estado de concentración profunda e intensa en un tema o actividad de gran interés, común en TDAH y TEA. Puede ser altamente productivo cuando se usa a favor.

10. Sobrecarga Sensorial: Respuesta intensa o abrumadora a estímulos como ruido, luz, movimiento, olores o multitudes. Puede provocar bloqueo, irritabilidad o desconexión.

11. Regulación Emocional: Capacidad de manejar emociones intensas, tolerar frustración y mantener control en situaciones retadoras. Algunos perfiles neurodivergentes pueden requerir apoyo en este aspecto.

12. Comunicación Literal: Forma de interpretar el lenguaje de manera directa, sin matices como ironía o doble sentido. Frecuente en TEA.

13. Estimulación Motora (Stimming): Movimientos repetitivos (mover las manos, balancearse, tocar objetos)

que ayudan a regular emociones o sensaciones. No es un comportamiento “negativo”; es autorregulación.

14. Adaptaciones Académicas

(Ajustes Razonables): Modificaciones accesibles y flexibles que permiten que un alumno neurodivergente acceda al aprendizaje sin cambiar los contenidos ni bajar el nivel académico.

15. Anticipación / Apoyos

Anticipatorios: Estrategias que preparan al alumno para cambios, exposiciones, evaluaciones o actividades nuevas. Reducen ansiedad y mejoran el rendimiento.

16. Procesamiento Sensorial: Forma en que una persona recibe, interpreta y

responde a estímulos del entorno.
Puede ser más sensible o menos sensible según el perfil.

17. Procesamiento Lento de la Información: Tiempo mayor necesario para comprender instrucciones o expresar respuestas. No se relaciona con inteligencia, sino con la velocidad cognitiva.

18. Burnout Académico: Estado de agotamiento mental y emocional por carga académica excesiva o estrategias de estudio poco efectivas. Puede aparecer más rápido en perfiles neurodivergentes.

2. DETECCIÓN DE SEÑALES DE ALERTA (OBSERVACIÓN)

Nota importante: Los tutores no diagnostican, solo observan y canalizan.

Posibles señales de TDAH

- . Distracción constante.
- . Olvida instrucciones.
- . Dificultad para terminar tareas.
- . Inquietud motora.

Posibles señales de Autismo (TEA)

- . Evita contacto visual.
- . Literalidad extrema.
- . Rutinas muy rígidas.
- . Dificultad para transiciones o cambios inesperados.

Posibles señales de Dislexia

- Lectura muy lenta.
- Confusión de letras.
- Dificultad para seguir textos largos.

Señales que requieren Canalización Inmediata

- Bloqueos frecuentes.
- Evitación constante.
- Estallidos emocionales.
- Incomprensión persistente pese a estrategias.

3. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN POR PERFIL

A. TDAH (Atención y Organización)

- **Checklist semanal** de entregas y pendientes.
- **Revisar agenda** en cada sesión de tutoría.
- **Dividir tareas grandes** en pasos pequeños con fechas intermedias.
- **Técnica de “tiempo en bloques”** (25 min trabajo + 5 descanso).
- **Recordatorios programados** (uso de alarmas o apps).
- **Limitar distractores** en el espacio donde estudia.

- . **Tutoría breve pero constante**
(sesiones de 10–15 min).
- . **Establecer prioridades:** Iniciar preguntando “¿Qué es lo más urgente hoy?”.
- . **Modelar el inicio:** Enseñar cómo dar el primer paso de una tarea.
- . **Enfoque en progreso:** Revisar pequeños logros, no buscar la perfección inmediata.

B. TEA Nivel 1 (Espectro Autista)

- **Expectativas claras:** Explicar explícitamente qué, cómo y cuándo entregar.
- **Lenguaje literal:** Evitar metáforas o ambigüedades.
- **Estructurar rutinas:** Mantener la misma secuencia en cada sesión de tutoría.
- **Anticipación:** Avisar con tiempo sobre cambios de fechas o actividades.
- **Ejemplos visuales:** Brindar ejemplos de trabajos bien realizados.
- **Guiones sociales académicos:**
Proveer "scripts" sobre cómo enviar correos o pedir aclaraciones.

- . **Entorno sensorial:** Reducir luz o ruido excesivo en tutorías presenciales.
- . **Pausas:** Permitir pausas cortas si se detecta ansiedad.
- . **Organizadores gráficos:** Usarlos para estructurar proyectos.
- . **Validación:** Respetar su estilo de comunicación y evitar interpretaciones sociales complejas.

C. Dislexia (Lectura)

- **Material visual:** No depender solo de textos largos.
- **Resúmenes:** Usar palabras clave y *bullets*.
- **Lectura asistida:** Permitir el uso de apps lectoras o audiotexto.
- **Tiempo extendido:** Dar más tiempo para leer instrucciones.
- **Tipografía amigable:** Uso de fuentes como Arial, Verdana u OpenDyslexic.
- **Diseño limpio:** Evitar textos saturados en diapositivas.
- **Instrucciones duales:** Dar instrucciones por escrito y verbalmente.

- . **Grabación:** Fomentar la grabación de clases cuando sea posible.
- . **Segmentación:** Indicar páginas específicas de los textos asignados.
- . **Evaluación:** Revisar el contenido antes que la ortografía al evaluar avances.

D. Discalculia (Cálculo y Matemáticas)

- **Ejemplos paso a paso** antes de asignar tareas numéricas.
- **Plantillas o guías** para resolver problemas (secuencia de pasos).
- **Uso de material visual** (diagramas, tablas).
- **Repetición práctica** de procedimientos.
- **Sin presión de tiempo:** Evitar exigir rapidez en cálculos.
- **Herramientas:** Uso de calculadora cuando el objetivo no sea el cálculo mental.
- **Analogías concretas:** Explicar conceptos abstractos con ejemplos reales.

- . **Tutoría frecuente:** Sesiones cortas para refuerzo constante.
- . **Detección de error:** Identificar dónde se perdió (paso específico).
- . **Verbalización:** Permitir que el alumno explique el proceso en voz alta para reforzar memoria.

E. Disgrafia (Escritura)

- **Entrega digital:** Permitir trabajos a computadora en lugar de manuscritos.
- **Dictado a texto:** Fomentar el uso de herramientas de voz a texto.
- **Modelar estructura:** Enseñar explícitamente: introducción, desarrollo, cierre.
- **Plantillas de redacción:** Proveer esqueletos de texto.
- **Mapas mentales:** Fomentarlos como paso previo a escribir.
- **Separar forma de fondo:** Evaluar primero el contenido (ideas), luego la forma.
- **Tiempo extra** para tareas escritas.

- . **Correcciones específicas:** Señalar errores puntuales, no globales.
- . **Revisión por partes:** Primero revisar ideas, luego orden, al final redacción.
- . **Oralidad:** Permitir exposiciones orales en lugar de respuestas escritas extensas.

F. Dificultades de Procesamiento Auditivo

- **Respaldo escrito:** Dar instrucciones por escrito después de la explicación oral.
- **Confirmación de comprensión:** Preguntar “¿Qué entendiste que toca hacer?”.
- **Grabación:** Permitir grabar las sesiones de tutoría.
- **Habla adecuada:** Hablar lento y claro, sin sobrecargar de datos.
- **Entorno:** Evitar ruido ambiental durante tutorías presenciales.
- **Minutas:** Entregar resúmenes de lo hablado.

- . **Apoyos visuales:** Usar esquemas, listas y ejemplos visuales.
- . **Repetición activa:** Solicitar que repitan los pasos para consolidar.
- . **Instrucciones únicas:** Evitar dar múltiples instrucciones juntas.
- . **Palabras clave:** Escribirlas frente al alumno mientras se habla.

4. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN: QUÉ NO HACER

Lista de verificación de comportamientos a evitar para no obstaculizar el proceso del estudiante.

Actitudes Generales y Pedagógicas

- Evitar comentarios como “pon atención” en tono crítico.
- Evitar interpretar la inatención como desinterés.
- Evitar instrucciones extensas en un solo bloque.
- Evitar pedir que tomen apuntes mientras escuchan sin apoyos.
- Evitar atribuir la desorganización a irresponsabilidad.

- . Evitar explicaciones demasiado rápidas.
- . Evitar solicitar entregas sin estructura detallada.
- . Evitar instrucciones ambiguas o abiertas.
- . Evitar suponer falta de estudio por errores de lectura.
- . Evitar usar la ortografía como indicador de capacidad intelectual.
- . Evitar tiempos muy cortos en evaluaciones con mucho texto.

Manejo Sensorial y Emocional

- . Evitar limitar movimientos leves (stimming) que regulan su atención.

- . Evitar cambios constantes de actividad sin claridad o aviso previo.
- . Evitar interrumpir cuando están en *hiperfoco*.
- . Evitar ambientes saturados de estímulos.
- . Evitar confrontar emociones frente al grupo.
- . Evitar correcciones excesivamente marcadas o visualmente agresivas.

Interacción Social y Comunicación

- . Evitar el uso de ironías o doble sentido en información relevante.
- . Evitar exigir contacto visual prolongado.

- Evitar exponerlos frente al grupo sin anticipación.
- Evitar presionar la participación social.
- Evitar dinámicas grupales sin una estructura clara.
- Evitar interpretar su literalidad como falta de respeto.
- Evitar pedir lectura en voz alta sin preparación previa.
- Evitar llamar la atención sobre errores de pronunciación.

1. Perfil: Atención y Organización (TDAH)

Qué ayuda 	Evitar 	Apoyos inmediatos 	Señales para derivar 
Instrucciones breves y divididas en pasos	Instrucciones largas sin estructura	Checklist semanal	Desorganización que afecta rendimiento de forma constante
Recordatorios visuales y fechas claras	Asumir desinterés por inatención	Timer visual	Entregas tardías crónicas aun con apoyo
Momentos para preguntas al final	Cambios repentinos sin anticipación	Plantilla de plan de tareas	Hiperfoco que interfiere con otras materias
Rutinas consistentes	Interrumpir cuando está regulado	Agenda compartida	Dificultad marcada para iniciar actividades

Qué ayuda 	Evitar 	Apoyos inmediatos 	Señales para derivar 
Uso de ejemplos concretos	Críticas sobre “falta de esfuerzo”	Dividir tareas grandes en mini metas	Problemas graves para priorizar actividades
Espacios para movimiento regulado	Forzar inmovilidad total	Pausas activas	Impulsividad que genera conflictos frecuentes
Resúmenes al finalizar	Explicaciones muy rápidas	Resúmenes en 3 ideas	Olvidos constantes de instrucciones básicas
Facilitar herramientas digitales	Sobrecarga de tareas simultáneas	Alertas o recordatorios	Frustración exagerada ante tareas simples
Flexibilidad en rutas de aprendizaje	Penalizar desorganización sin apoyo previo	Anclaje de prioridades	Quejas de agotamiento académico constante

Qué ayuda 	Evitar 	Apoyos inmediatos 	Señales para derivar 
Retroalimentación inmediata	Señalar errores sin guía	Semáforo de avance	Sentimiento recurrente de incapacidad

2. Perfil: Comunicación y Socialización (TEA)

Qué ayuda 	Evitar 	Apoyos inmediatos 	Señales para derivar 
Lenguaje claro y directo	Ironías o indirectas	Instrucciones por escrito	Aislamiento social extremo
Anticipar cambios y fechas	Exponerlo sin aviso	Agenda de actividades	Crisis de ansiedad frecuentes

Qué ayuda 	Evitar 	Apoyos inmediatos 	Señales para derivar 
Estructura en tareas y clases	Ambigüedades	Modelos paso a paso	Sensibilidad sensorial incapacitante
Permitir participación escrita	Exigir contacto visual	Guiones de participación	Malentendidos sociales repetidos
Espacios tranquilos	Sobrecarga sensorial	Señaladores visuales	Bloqueos frecuentes ante cambios
Claridad en evaluaciones	Instrucciones abiertas	Mapas visuales	Dificultad marcada para comprender instrucciones
Tiempo adicional para procesar	Presionar respuestas rápidas	Repetir instrucciones igual	Conflictos interpersonales recurrentes
Roles concretos en equipo	Actividades grupales sin guía	Rúbricas claras	Evitar actividades por ansiedad intensa

Qué ayuda 	Evitar 	Apoyos inmediatos 	Señales para derivar 
Validar literalidad del lenguaje	Asumir rebeldía por rigidez	Esquema de pasos	Desregulación emocional constante
Acompañar transiciones	Imponer cambios bruscos	Recordatorios anticipados	Señales de <i>burn-out</i> académico

3. Perfil: Lectura (Dislexia)

Qué ayuda 	Evitar 	Apoyos inmediatos 	Señales para derivar 
Tipografías legibles y tamaño adecuado	Lectura en voz alta sin preparación	Material digital ampliado	Omisiones, inversiones o bloqueos severos

Qué ayuda 	Evitar 	Apoyos inmediatos 	Señales para derivar 
Entregar textos con antelación	Penalizar ortografía sin apoyo	Lectura apoyada	Tiempos excesivos para leer instrucciones
Material visual y esquemas	Textos densos sin pausas	Subrayado guiado	Malestar visible al leer
Tiempo extra en evaluaciones	Copias rápidas del pizarrón	Grabaciones de contenido	Confusión frecuente entre letras y palabras
Instrucciones cortas	Párrafos extensos	Resumen en bullets	Evitar lectura constantemente
Resaltar palabras clave	Exceso de correcciones rojas	Apoyo de lectura con apps	Dificultad marcada para comprender textos
Uso de colores o marcadores	Señalar errores frente a otros	Audiotextos	Errores persistentes que afectan desempeño

Qué ayuda 	Evitar 	Apoyos inmediatos 	Señales para derivar 
Preguntas orales	Preguntas largas solo escritas	Ejemplos visuales	Baja autoestima académica
Rúbricas claras	Evaluaciones basadas en transcripción	Plantilla de lectura	Frustración intensa ante tareas de lectura
Retroalimentación formativa	Comparaciones con otros estudiantes	Guía para interpretar instrucciones	Caída notable en rendimiento por dificultades lectoras

4. Perfil: Cálculo y Matemáticas (Discalculia)

Qué ayuda 	Evitar 	Apoyos inmediatos 	Señales para derivar 
Ejemplos paso a paso	Saltar etapas en explicaciones	Guías visuales	Confusión persistente con operaciones básicas
Relación de conceptos con lo concreto	Uso exclusivo de símbolos	Material manipulativo	Incapacidad para seguir secuencias
Repetición con variaciones	Mucha información numérica de golpe	Hoja de fórmulas	Ansiedad marcada ante números
Tiempo extra	Exigir velocidad	Resúmenes visuales	Desempeño muy bajo solo en matemáticas
Dividir problemas en partes	Cambios rápidos entre ejercicios	Modelos resueltos	Evitar cursos numéricos

Qué ayuda 	Evitar 	Apoyos inmediatos 	Señales para derivar 
Lectura verbal de problemas	Lenguaje matemático complejo	Ejemplos entendibles	Bloqueos ante tareas numéricas
Preguntas guiadas	Evaluar solo por resultado	Tabla de pasos	Desorganización al resolver ejercicios
Software de práctica	Sobrecarga de ejercicios muy similares	Apps de apoyo	Evitar actividades matemáticas por miedo
Relación entre lo visual y numérico	Ambigüedades	Gráficos de apoyo	Dificultad extrema para estimar cantidades
Retroalimentación inmediata	Penalizar errores sin explicación	Hoja de autoevaluación	Estrés notable al trabajar con números

5. Perfil: Escritura (Disgrafía)

Qué ayuda 	Evitar 	Apoyos inmediatos 	Señales para derivar 
Permitir uso de computadora	Exigir escritura manual extensa	Teclado o notas digitales	Escritura ilegible que afecta evaluaciones
Ejercicios de organización visual	Copias rápidas del pizarrón	Plantillas gráficas	Dolor al escribir o fatiga rápida

Qué ayuda 	Evitar 	Apoyos inmediatos 	Señales para derivar 
Tiempos extendidos	Corrigir solo por estética	Rúbricas claras	Confusión al organizar párrafos
Instrucciones simples	Textos largos a mano	Apoyo con esquemas	Evita tareas de escritura
Guiones y estructuras	Forzar caligrafía perfecta	Códigos de colores	Incoherencia entre ideas y texto
Lectura oral de instrucciones	Poca retroalimentación	Modelos escritos	Mucha ansiedad al escribir
Uso de organizadores previos	Penalizar por letra	Plantillas de párrafos	Errores repetitivos en secuencia de ideas
Retroalimentación positiva	Revisiones públicas	Dictado guiado	Bajo rendimiento solo en escritura

Qué ayuda 	Evitar 	Apoyos inmediatos 	Señales para derivar 
Alternativas de entrega (audio/video)	Comparaciones con otros	Ejemplo estructurado	Malestar emocional por escribir
Tiempo para organizar ideas	Presión por rapidez	Hoja guía de estructura	Bloqueos frecuentes al empezar a escribir