MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS DOCENTES

para la Atención de Estudiantes Neurodivergentes

MSc. Lynnette Venegas Ávila, Centro de Asesoría y Servicios al Estudiante con Discapacidad.
Contacto: 2511-2725

UCR

OO Oficina de Orientación
CASE COVO CASED CIU

INTRODUCCION

La neurodivergencia se entiende como una variación natural de la cognición humana y no como un déficit (Armstrong, 2017). Este manual busca orientar a las personas docentes de la Universidad de Costa Rica en la implementación de estrategias inclusivas que favorezcan el aprendizaje equitativo y respetuoso de las personas estudiantes neurodivergentes.

FUNDAMENTO

El modelo social y de derechos humanos de la discapacidad representa un cambio de paradigma frente a las visiones tradicionales (médicas o asistencialistas). Modelo Social de la Discapacidad.

MODELO SOCIAL DE LA DISCAPACIDAD

1 ENFOQUE PRINCIPAL:

La discapacidad no se entiende como un problema individual, sino como el resultado de las barreras sociales, culturales y físicas que impiden la participación plena de las personas.

2 EJEMPLO:

Una persona usuaria de silla de ruedas no es “discapacitada” por su condición física, sino por la falta de rampas, accesibilidad en edificios o transporte público.

3 OBJETIVO:

Transformar la sociedad para eliminar esas barreras y garantizar igualdad de oportunidades.

4 VALORES ASOCIADOS:

inclusión, respeto a la diversidad y participación activa en la comunidad.

MODELO DE DERECHOS HUMANOS DE LA DISCAPACIDAD

1 ENFOQUE PRINCIPAL:

Basado en la dignidad humana, la libertad personal y la igualdad.

2 FUNDAMENTO JURÍDICO

Se apoya en instrumentos internacionales como la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (ONU, 2006).

3 OBJETIVO:

Reconocer a las personas con discapacidad como personas sujetas de derechos, no como objetos de asistencia.

4 IMPLICACIÓN PRÁCTICA:

Los Estados y las instituciones tienen la obligación de garantizar accesibilidad, educación inclusiva, salud, empleo y participación política en condiciones de igualdad.

DIFERENCIA CLAVE

- El modelo social pone el énfasis en las barreras externas que generan exclusión.
- El modelo de derechos humanos añade la perspectiva jurídica y ética, asegurando que la inclusión sea un derecho exigible y protegido por la ley.

PRINCIPIOS FUNDAMENTALES

- Respeto y reconocimiento de la diversidad: La neurodivergencia debe valorarse como parte de la riqueza humana.
- Enfoque inclusivo: Promover un ambiente universitario que fomente la participación equitativa.
- Flexibilidad pedagógica: Ajustar metodologías y evaluaciones según las necesidades educativas de la diversidad.

(DUA)

DISEÑO UNIVERSAL PARA EL APRENDIZAJE

Es un enfoque pedagógico que busca garantizar que todas las personas estudiantes, independientemente de sus características, estilos de aprendizaje o condiciones, tengan acceso equitativo a la educación. Se basa en los principios del diseño universal, aplicados al ámbito educativo. Su objetivo es crear entornos de aprendizaje flexibles que eliminen barreras y ofrezcan múltiples formas de acceso al conocimiento.

PRINCIPIOS CLAVE:

- Múltiples formas de representación: ofrecer la información en distintos formatos (texto, audio, imágenes, esquemas).
- Múltiples formas de acción y expresión: permitir que las personas estudiantes demuestren lo aprendido de diferentes maneras (exámenes escritos, presentaciones orales, proyectos)..
- Múltiples formas de motivación y compromiso: fomentar la participación con estrategias variadas que respondan a intereses y necesidades diversas.
- El DUA no se centra en “adaptar” a las personas estudiantes, sino en diseñar desde el inicio experiencias educativas inclusivas, accesibles y flexibles para todos.

DIVERSIDAD ESTUDIANTIL

La Universidad de Costa Rica cuenta con una gran diversidad en el estudiantado, dentro del cual se presentan diferentes necesidades educativas que pueden surgir por una condición, o varias condiciones.

En esa diversidad estudiantil, se encuentran personas estudiantes que presentan condiciones neurodivergentes.

La neurodivergencia se refiere a las diferencias en el funcionamiento neurológico que hacen que las personas procesen la información, aprendan, se comuniquen y se relacionen de manera distinta.

Estas variaciones no son enfermedades, sino formas diversas de cognición humana. Principales condiciones neurodivergentes.

TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA (TEA)

TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD (TDAH)

TRASTORNOS DEL APRENDIZAJE

(TEA)

TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA

- Es una condición del neurodesarrollo caracterizada por diferencias en la comunicación, la interacción social y la presencia de patrones de comportamiento o intereses específicos.

- Se denomina “espectro” porque abarca una amplia diversidad de manifestaciones y niveles de apoyo requeridos.

- Puede incluir sensibilidad sensorial (a sonidos, luces, texturas), formas distintas de procesar la información y estilos únicos de aprendizaje.

- No es una enfermedad, sino una variación en el desarrollo neurológico, parte de la diversidad humana.

(TDAH)

TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD

- Es una condición del neurodesarrollo caracterizada por dificultades en la regulación de la atención, el control de impulsos y la gestión de la actividad motora.

- Se manifiesta en tres dimensiones principales:

Déficit de atención: dificultad para mantener la concentración en tareas prolongadas o estructuradas.
Hiperactividad: exceso de movimiento o actividad física, incluso en contextos donde se espera calma.
Impulsividad: tendencia a actuar sin pensar en las consecuencias, interrumpir o tener dificultad para esperar turnos.

- Puede presentarse en distintos grados y con predominio de uno u otro componente (inatento, hiperactivo-impulsivo o combinado).

- No es simplemente “falta de disciplina”, sino una variación neurológica que requiere comprensión y apoyos adecuados.

TRASTORNOS DEL APRENDIZAJE

- Son un conjunto de dificultades específicas que afectan la capacidad de una persona para adquirir y usar habilidades académicas como la lectura, la escritura o las matemáticas, a pesar de tener una inteligencia promedio o superior.

- Se manifiestan principalmente en la etapa escolar.

- No responden a falta de motivación ni a problemas sensoriales, sino a diferencias en el procesamiento neurológico.

TIPOS DE TRASTORNOS DEL APRENDIZAJE

01 Dislexia

- Dificultades en la lectura fluida, decodificación de palabras y ortografía.

02 Discalculia:

- Dificultades en el razonamiento matemático, comprensión de números y operaciones.

03 Dispraxia:

- Dificultades en la coordinación motora fina y gruesa, planificación de movimientos.

04 Disgrafía:

- Dificultades para la motricidad fina y la coordinación necesaria para la escritura. Puede incluir problemas en la formación de letras, la ortografía, la organización del texto y la velocidad al escribir.

05 Altas Capacidades Intelectuales:

- Aprendizaje acelerado, pensamiento creativo, sensibilidad emocional.

PRÁCTICAS DOCENTES INCLUSIVAS PARA PERSONAS ESTUDIANTES QUE PRESENTAN TEA

01. Estructura clara, explícita y predecible:

Las personas estudiantes con TEA se benefician de ambientes donde las expectativas y dinámicas son claras. Esto incluye:

- Guías detalladas de tareas.
- Cronogramas visibles y consistentes.
- Organización lógica del curso y de las plataformas virtuales.

Además, los estudios sobre inclusión en educación superior resaltan que la planificación intencional y clara es una de las prácticas más efectivas en la diversidad de aulas.

02. Uso de lenguaje accesible y comunicación directa:

- Evitar ambigüedades, ironías o instrucciones implícitas.
- Repetir y reformular lo esencial.
- Confirmar comprensión sin presión social.
- La comunicación inclusiva mejora la participación de estudiantes diversos y reduce barreras de interacción, como señala la literatura sobre enseñanza inclusiva

03. Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA):

- Materiales en múltiples formatos (texto, audio, visuales).
- Actividades que admitan diferentes formas de participación.
- Flexibilidad en métodos de evaluación.
- Las pedagogías inclusivas basadas en DUA y aprendizaje activo son predominantes en los estudios sobre inclusión en educación superior.

PRÁCTICAS DOCENTES INCLUSIVAS PARA PERSONAS ESTUDIANTES QUE PRESENTAN TEA

04. Flexibilidad en la evaluación:

- Ofrecer alternativas al examen tradicional (proyectos, presentaciones, análisis escritos, trabajos paso a paso).
- Incluir ejemplos de cómo debe lucir un producto final.
- La literatura sobre neurodiversidad en educación superior recomienda evaluaciones variadas y flexibles como práctica afirmativa para personas estudiantes que presentan TEA.

05. Entornos sensorialmente amigables en aulas presenciales:

- Evitar ruidos inesperados. Atenuar luces fuertes cuando sea posible.
- Permitir usar auriculares, objetos reguladores o ubicarse en lugares estratégicos.
- El TEA implica sensibilidad sensorial y necesidad de ambientes predecibles.

06 Anticipación de cambios y apoyo en transiciones:

- Comunicar con anticipación cualquier cambio en horarios, actividades, dinámica de trabajo.

PRÁCTICAS DOCENTES INCLUSIVAS PARA PERSONAS ESTUDIANTES QUE PRESENTAN TEA

07. Promoción de un clima social seguro

- No obligar a la participación oral espontánea; permitir alternativas escritas o tecnológicas.
- Evitar dinámicas que generen sobrecarga social.
- Fomentar reglas claras de convivencia y respeto.
- Estudiantes que presentan TEA requieren climas seguros y afirmativos.

08. Modelado, ejemplos y aprendizaje paso a paso:

- Desglosar procesos complejos en partes.
- Ofrecer ejemplos concretos de análisis, ensayos, informes, presentaciones.

07. Opciones para la interacción:

- Foros asincrónicos para quienes se sienten incómodos con la participación oral.
- Grupos pequeños guiados en vez de discusiones masivas.
- Rondas de participación con reglas explícitas.
- Se recomiendan espacios que reduzcan estigma y favorezcan la participación equitativa.

09. Formación docente continua en neurodiversidad:

- Espacios formativos sobre TEA desde el modelo social y neurodiversidad.
- Capacitación en prácticas inclusivas, DUA, evaluación formativa y manejo sensorial.
- La preparación docente es clave para implementar prácticas inclusivas de manera sostenida.

PRÁCTICAS DOCENTES INCLUSIVAS PARA PERSONAS ESTUDIANTES QUE PRESENTAN TDAH

01. Ajustes en la presentación de información

- Explicar instrucciones de forma breve, concreta y secuenciada.
- Usar apoyos visuales: presentaciones, videos, cuadros, resaltados, organizadores gráficos.
- Repetir ideas clave al inicio y cierre de la clase.
- Dar ejemplos concretos antes de pedir ejecución. Presentar contenidos en bloques de 10–15 minutos para evitar sobrecarga.

02. Ajustes en evaluaciones (sin modificar nivel de exigencia)

- Ampliación moderada del tiempo cuando el tipo de tarea lo requiera.
- Ítems sin distractores innecesarios (evitar enunciados extensos y confusos).
- Ofrecer diferentes modos de demostrar el aprendizaje cuando sea posible (oral, escrito, audiovisual, práctico).

03. Apoyos dentro del aula

- Favorecer la ubicación en un espacio con mínimos distractores visuales y sonoros.
- Permitir uso responsable de herramientas de autorregulación: auriculares con cancelación de ruido sin música, objetos pequeños antiestrés durante la clase (para su uso en pruebas se requiere de una adecuación formal previamente aprobada).
- Preguntar periódicamente si comprendió la instrucción (“feedback de control”).

PRÁCTICAS DOCENTES INCLUSIVAS PARA PERSONAS ESTUDIANTES QUE PRESENTAN TDAH

04. Prácticas de enseñanza

- Iniciar la clase con un mapa del contenido (“Lo que veremos hoy”).
- Usar metodologías activas: aprendizaje basado en proyectos, demostraciones, trabajo en equipo con roles definidos.
- Alternar actividades que involucren movimiento o participación activa.

05 Comunicación docente-estudiante

- Brindar retroalimentación específica, breve y orientada a la acción.
- Ofrecer instrucciones por escrito después de explicarlas oralmente.
- Establecer canales de consulta claros y horarios definidos.

06. Gestión emocional y autorregulación

- Enseñar rutinas de inicio: estabilizar materiales, revisar agenda, plantear objetivos.
- Permitir breves pausas para reducir sobrecarga.
- Evitar llamados de atención públicos; usar comunicación privada y respetuosa.

PRÁCTICAS DOCENTES INCLUSIVAS PARA PERSONAS ESTUDIANTES QUE PRESENTAN TDAH

07. Diseño universal para el aprendizaje (DUA)

Aplicar principios DUA beneficia a toda la clase:

- Múltiples formas de representar la información: texto, audio, video, ejemplos concretos.
- Múltiples formas de acción y expresión: ensayos, exposiciones, mapas conceptuales.
- Múltiples formas de motivación: metas claras, opciones de tareas, relevancia personal.

08 Lo que no se recomienda

- Sobrecargar con instrucciones largas o simultáneas.
- Penalizar excesivamente por errores de forma cuando la competencia es conceptual.
- Interpretar la inatención como falta de interés o esfuerzo.
- Exponer públicamente dificultades o comparaciones con otros estudiantes.

PRÁCTICAS DOCENTES INCLUSIVAS PARA PERSONAS ESTUDIANTES QUE PRESENTAN ALGÚN TRASTORNO DEL APRENDIZAJE

01. Presentación accesible de la información

- Utilizar letra clara y tamaño adecuado (12–14 pt, preferible sans-serif: Arial, Calibri, Verdana).
- Mantener alto contraste (texto oscuro en fondo claro).
- Evitar párrafos extensos, usar viñetas, subtítulos y segmentación.
- Incorporar organizadores gráficos (líneas de tiempo, mapas, cuadros comparativos).
- Ofrecer materiales en formatos múltiples: PDF accesible, audio, video breve, diapositivas.
- Presentar ejemplos modelo antes de pedir producción escrita o numérica.

02. Estrategias de evaluación accesible (sin bajar el nivel académico)

- Evitar sobrecarga verbal o visual: instrucciones claras, concisas y secuenciadas.
- Minimizar distractores gráficos (ej.: excesiva decoración en hojas de examen).
- Ofrecer diversos modos de demostrar aprendizaje (oral, escritos cortos, portafolio, demostraciones).

PRÁCTICAS DOCENTES INCLUSIVAS PARA PERSONAS ESTUDIANTES QUE PRESENTAN ALGÚN TRASTORNO DEL APRENDIZAJE

03. Estrategias para lectura y comprensión (Dislexia principalmente)

- Entregar textos con suficiente espaciado entre líneas (1.5) y entre párrafos.
- Ofrecer glosarios de términos técnicos.
- Prever actividades de prelectura: vocabulario clave, objetivos y preguntas guía.

04. Estrategias para aprendizaje matemático (Discalculia principalmente)

- Iniciar con lo concreto–visual antes de lo abstracto.
- Emplear diagramas, líneas numéricas, bloques, colores y representaciones.
- Desglosar problemas en pasos numerados.
- Brindar ejemplos resueltos y no resueltos.
- Evitar evaluar rapidez; centrarse en razonamiento, procesos y estrategias.

PRÁCTICAS DOCENTES INCLUSIVAS PARA PERSONAS ESTUDIANTES QUE PRESENTAN ALGÚN TRASTORNO DEL APRENDIZAJE

05. Apoyos dentro del aula

- Seleccionar ubicación con menos distractores según preferencia de la persona estudiante.
- Permitir breves pausas cuando haya sobrecarga cognitiva.

06. Relación docente–estudiante

- Establecer comunicación clara, respetuosa y sin estigma.
- Realizar retroalimentación específica: qué mejorar y cómo hacerlo.
- Validar estrategias de estudio que al estudiante le funcionen.

07 Lo que se debe evitar

- Exigir velocidad de lectura o cálculo como criterio principal.
- Comparar a estudiantes entre sí o exponer dificultades en público.
- Instrucciones vagas, extensas o sin estructurar.
- Sobrecargar con múltiples actividades simultáneas.

PRÁCTICAS DOCENTES INCLUSIVAS PARA PERSONAS ESTUDIANTES QUE PRESENTAN ALGÚN TRASTORNO DEL APRENDIZAJE

08. Señales de alerta que el docente puede detectar (persona estudiante sin diagnosticar)

- Lectura muy lenta o con omisiones.
- Escritura con inversión de letras o desorganización espacial.
- Gran dificultad para copiar de la pizarra.
- Problemas persistentes con secuencias, direcciones o cálculo. Evitación de tareas escritas, lectura en público o ejercicios matemáticos.
- Para estos casos, la persona docente puede orientar a la persona estudiante para que se acerque a los servicios que ofrece la Oficina de Orientación.

BENEFICIOS DE APLICAR PRÁCTICAS DOCENTES INCLUSIVAS

para estudiantes neurodivergentes

Aplicar prácticas inclusivas no solo favorece a quienes presentan una condición neurodivergente, sino que mejora la calidad educativa para todo el estudiantado (principio central del Diseño Universal para el Aprendizaje – DUA).

MEJORA DEL ACCESO Y LA PARTICIPACIÓN

- Las personas estudiantes neurodivergentes pueden comprender mejor instrucciones, contenidos y expectativas, reduciendo barreras que antes eran invisibles.
- Se favorece la participación activa (preguntas, discusiones, actividades), especialmente para quienes enfrentan ansiedad, dificultades de lenguaje o procesamiento.

Cómo se evidencia:

- Más asistencia, participación y permanencia en cursos.
- Estudiantes expresan sentirse “capaces”, “bienvenidos” y “entendidos”.

INCREMENTO EN EL DESEMPEÑO ACADÉMICO

- Al reducir la sobrecarga cognitiva (textos excesivos, instrucciones ambiguas, formatos inaccesibles), las personas estudiantes pueden demostrar realmente lo que saben.
- Mejora la precisión, calidad y profundidad del trabajo académico, especialmente en tareas de lectura, escritura y resolución de problemas.
- Se evalúa la competencia y no las limitaciones derivadas de la condición.

BENEFICIOS DE APLICAR PRÁCTICAS DOCENTES INCLUSIVAS

para estudiantes neurodivergentes

REDUCCIÓN DE ANSIEDAD, FRUSTRACIÓN Y DESREGULACIÓN EMOCIONAL

- Prácticas inclusivas como anticipación, claridad en las tareas, estructura visual y rutinas reducen la incertidumbre, que es un disparador importante de ansiedad en muchos perfiles neurodivergentes.
- Las personas estudiantes reportan sentirse más seguros, lo que mejora la asistencia y la entrega de trabajos.
- Mayor regulación emocional mejora el desempeño y disminuye riesgo de deserción del proyecto universitario.

MAYOR AUTONOMÍA Y AUTORREGULACIÓN

- Estrategias como dividir tareas en pasos, rúbricas claras y retroalimentación específica fomentan la planificación, organización y autocontrol del aprendizaje.
- Desarrollan habilidades de estudio que serán útiles más allá del curso: gestión del tiempo, manejo de instrucciones, trabajo por etapas autoevaluación.

BENEFICIOS DE APLICAR PRÁCTICAS DOCENTES INCLUSIVAS

para estudiantes neurodivergentes

AMBIENTE ACADÉMICO MÁS EQUITATIVO Y RESPETUOSO

- La inclusión en el aula favorece una cultura educativa de respeto y aceptación de la diversidad humana.
- Enseña al grupo a convivir, colaborar y comprender realidades diferentes.
- Dando como resultado aulas más cooperativas y con menos conflictos o estigma.

FORTALECIMIENTO DEL VÍNCULO DOCENTE–ESTUDIANTE

- Cuando se implementan ajustes y prácticas inclusivas, las personas estudiantes reportan sentirse vistos, escuchados y validados, lo cual mejora significativamente la comunicación con la persona docente.
- Esto facilita la retroalimentación continua y la resolución temprana de dificultades.

BENEFICIOS DE APLICAR PRÁCTICAS DOCENTES INCLUSIVAS

para estudiantes neurodivergentes

BENEFICIOS INSTITUCIONALES

- Disminución de la deserción estudiantil, especialmente en grupos tradicionalmente vulnerables.
- Mejora de indicadores académicos: aprobación, permanencia y graduación.
- Fortalece el compromiso institucional con la accesibilidad y los derechos humanos.
- Reduce la necesidad de intervenciones correctivas tardías (apoyos de urgencia, conflictos, apelaciones).

MEJORA GLOBAL DE LA CALIDAD DE LA ENSEÑANZA

- Las prácticas inclusivas no son “adaptaciones para unos pocos”; son buenas prácticas pedagógicas para todos:
- Materiales más claros y organizados con los cuales la comprensión general aumenta.
- Evaluaciones más auténticas que evidencien mejor aprendizaje. Estrategias didácticas variadas que brinden más oportunidades de éxito.
- Clases con propósito claro que mejoran la gestión del tiempo.

BENEFICIOS DE APLICAR PRÁCTICAS DOCENTES INCLUSIVAS

para estudiantes neurodivergentes

PROMUEVE EL APRENDIZAJE PROFUNDO Y SIGNIFICATIVO

- Al derribar barreras, las personas estudiantes pueden: analizar, sintetizar, crear y aplicar conocimientos con mayor profundidad, en lugar de quedarse atrapados en la superficie del contenido debido a dificultades de acceso.

CONSTRUCCIÓN DE UN MODELO EDUCATIVO INCLUSIVO Y SOSTENIBLE

- Las universidades que aplican inclusión en la práctica se convierten en referentes de justicia educativa.
- Se fortalece el cumplimiento de la legislación sobre discapacidad, neurodivergencia y derechos estudiantiles.
- Se crea una comunidad académica más diversa, innovadora y humana.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- American Psychiatric Association. (2022). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed., text rev.; DSM-5-TR). Washington, DC: American Psychiatric Publishing.

- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.

- Armstrong, T. (2017). The power of neurodiversity: Unleashing the advantages of your differently wired brain. Da Capo Press.
- Berninger, V. W., & Wolf, B. (2016). Teaching students with dyslexia and dysgraphia: Lessons from teaching and science. Paul H. Brookes Publishing.

- Butcher, L., & Lane, S. (2024). Neurodivergent (Autism and ADHD) student experiences of access and inclusion in higher education: An ecological systems theory perspective. Higher Education, 90, 243–263. https://doi.org/10.1007/s10734-024-01319-

- Escuela de Psicología, Universidad de Santiago de Chile. (s.f.). Guía de buenas prácticas docentes para el trabajo con la neurodivergencia en el aula universitaria. Universidad de Santiago de Chile.

- Escuela de Psicología, Universidad de Santiago de Chile. (s.f.). Manual de neurodivergencias y adaptaciones razonables: Una guía para la educación inclusiva. Universidad de Santiago de Chile.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Singer, J. (1999). Why can't you be normal for once in your life? From a “problem with no name” to the emergence of a new category of difference. En M. Corker & S. French (Eds.), Disability discourse (pp. 59–67). Open University Press.

- Specialisterne & Fundación Signe. (s.f.). Guía para profesores universitarios con estudiantes con necesidades educativas específicas. Fundación Signe.

- Tricarichi-Funk, C. (2025). Neurodivergent students and higher education: Barriers, challenges, and supporting measures (Tesis doctoral). Long Island University. https://digitalcommons.liu.edu/post_fultext_dis/122.

- UNESCO. (2017). Guía para la inclusión y la equidad en la educación. UNESCO.

- Yale Center for Teaching and Learning. (2019). Supporting students with ADHD in higher education. Yale University.

MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS DOCENTES

para la Atención de Estudiantes Neurodivergentes

2511-2725
lynette.venegas@ucr.ac.cr