

Espacios de Calma en la Universidad de La Frontera

Introducción

El marco normativo chileno, a través de la Ley N.° 20.422 de Inclusión social de las personas con discapacidad, Ley N.° 21.091 de Educación Superior, Ley N.° 21.094 de Universidades Estatales y la Ley N.° 21.545 de Autismo, establecen el derecho de las personas con discapacidad y autismo a acceder, participar y permanecer en igualdad de oportunidades en los distintos niveles educativos, promoviendo la implementación de apoyos y ajustes razonables que favorezcan su inclusión plena y efectiva.

En concordancia, la Universidad de La Frontera ha asumido el compromiso de avanzar hacia una educación superior más inclusiva, en coherencia con el pilar institucional de Inclusión, Equidad y Diversidad de su Modelo Educativo y en el contexto del proyecto de fortalecimiento institucional FRO23992, que busca el desarrollo de mecanismos de acompañamiento para favorecer la autonomía e independencia, la disminución de las barreras y favorecer la participación equitativa del estudiantado en los distintos ámbitos de la vida universitaria.

El contexto universitario contemporáneo se caracteriza por trayectorias estudiantiles diversas, que no se limitan al itinerario académico tradicional. En la práctica, un número significativo de estudiantes compatibiliza su formación con responsabilidades laborales, de cuidado, maternidad, paternidad u otras labores de apoyo a terceros, lo que puede incrementar la carga física, emocional y/o cognitiva y afectar el bienestar, el desempeño académico y la permanencia en la educación superior.

En coherencia con el Modelo Educativo UFRO, que promueve el desarrollo integral de la persona, la inclusión, equidad y diversidad, y el bienestar integral como parte de la vida universitaria, resulta pertinente disponer de espacios institucionales que favorezcan la pausa, la regulación y el autocuidado como condiciones que contribuyen a la participación y la continuidad formativa. Desde este enfoque, los Espacios de Calma se comprenden como una estrategia de apoyo no clínica que busca reducir barreras contextuales y facilitar la autorregulación transitoria en el entorno universitario, favoreciendo la permanencia y la participación en igualdad de oportunidades.

1. Propósito y alcances del presente “Protocolo de uso de Espacios de Calma”.

Tiene por objeto orientar la implementación y uso de los Espacios de Calma y Autorregulación de la Universidad de La Frontera, como una estrategia institucional destinada a **favorecer procesos transitorios** de autorregulación, accesibilidad ambiental, bienestar y continuidad de la participación en actividades académicas y de la vida universitaria.

Los Espacios de Calma podrán ser utilizados por integrantes de la comunidad universitaria que requieran, de manera temporal, disminuir sobrecarga sensorial, emocional, cognitiva o social, con el fin de reorganizarse y retomar su participación en condiciones de mayor bienestar y funcionalidad. Su uso podrá ser autónomo o acompañado, según necesidad y disponibilidad, resguardando dignidad, privacidad, seguridad y no estigmatización.

2. Naturaleza de los Espacios de Calma.

El Espacio de Calma **corresponde a una estrategia de apoyo de descompresión ambiental** destinada a favorecer procesos de autorregulación mediante la disponibilidad de condiciones físicas y sensoriales que promuevan confort, seguridad y control de estímulos. Su finalidad es ofrecer un ambiente propicio que permita a la persona reorganizarse y retomar sus actividades de manera autónoma, de forma rápida y eficaz, de acuerdo con sus necesidades.

Este espacio **no constituye un dispositivo de atención clínica ni de intervención en crisis**. En consecuencia, frente a situaciones que impliquen riesgo para la integridad de la persona o de terceros, o que requieran apoyo profesional especializado, deberán activarse los mecanismos institucionales vigentes, contactando a Salud Estudiantil y a las unidades correspondientes para la evaluación y aplicación de los protocolos establecidos por la Universidad **debiendo llamar al anexo 6999**.

Observación: La incorporación de este recurso, no reemplaza otras medidas de accesibilidad, apoyos institucionales ni ajustes razonables individualizados cuando estos correspondan.

3. Definiciones operativas:

Para efectos de este protocolo, se entenderá por:

Autorregulación: Capacidad de la persona para identificar y gestionar sus necesidades de manera que le permitan mantener condiciones de participación y desempeño en el contexto universitario.

Sobrecarga: Respuesta asociada a demandas sensoriales, emocionales, cognitivas o sociales que superan temporalmente la capacidad de afrontamiento de la persona, pudiendo afectar su bienestar y su participación.

Desregulación: Una Desregulación Emocional y Conductual (DEC) es una reacción motora y emocional a uno o varios estímulos o situaciones desencadenantes, en donde una persona no comprende su estado emocional ni logra expresar sus emociones o sensaciones de una manera adaptativa, presentando dificultades para autorregularse y volver a un estado de calma.

ESPACIO DE CALMA – UFRO

1. ¿Qué es el Espacio de la Calma - UFRO?

Es un entorno seguro y controlado que permite la autorregulación de personas que, por motivos asociados a factores o demandas sensoriales, cognitivas, emocionales o sociales, requieren un entorno controlado para prevenir desregulaciones y/o restablecer su bienestar y funcionalidad durante la jornada universitaria o laboral.

Este espacio cuenta con diferentes elementos que favorecen la autorregulación, entre ellos: 3 sillones puff, 1 alfombra, 1 mesa redonda pequeña, 1 mueble organizador, 1 manta de peso, 2 audífonos con cancelación de ruido, 1 kit de fidget toys y otros elementos.

2. ¿Quiénes pueden hacer uso del espacio?

Toda persona de la comunidad universitaria que requiera un momento de calma, regulación o descanso por desregulación asociada a desencadenantes cognitivos, emocionales, sensoriales o sociales, para favorecer su bienestar y participación.

3. Procedimiento o flujograma general de uso:

1. La persona usuaria accede al espacio procurando el más cercano.
Posibilidades:
 - a. Acceso abierto, sin requerir llave de ingreso.
 - b. Acceso mediado por unidad en que se encuentra, deberá solicitar llave de ingreso.
2. Durante el uso, la persona podrá utilizar los recursos disponibles para favorecer su autorregulación en condiciones de seguridad y respeto.
 - a. Al finalizar, la persona deberá procurar dejar el espacio ordenado y comunicar cualquier incidente o deterioro a la persona a cargo del espacio.
 - b. Cuando la persona no logre recuperar un estado de bienestar que le permita retomar sus actividades de manera segura, requiera apoyo adicional o exista riesgo para sí misma o para terceros, se deberá proceder a la activación de los protocolos institucionales correspondientes. Llamada al anexo 6999 (fono emergencias).

4. Normas de buen uso:

- Ingresar en silencio y procurar mantener un tono de voz bajo.
- No se permite el consumo de alimentos, excepto en casos donde estos favorezcan la regulación emocional y biológica.
- No puede utilizarse como espacio de estudio, actividades académicas o descanso prolongado (mayor a 30 min, procurando su uso para el objetivo establecido).
- Se debe respetar y cuidar el material, el mobiliario y el entorno, dando aviso oportuno ante posibles daños.

- Se permiten máximo tres personas dentro del espacio (2 colaboradores del proceso de regulación).

5. Rol del encargado o encargada del “Espacio de Calma”

Cada Espacio de Calma deberá contar con una unidad responsable y una persona encargada de referencia, con respaldo en caso de ausencia.

Entre sus funciones se sugiere: apertura y cierre del espacio cuando corresponda, supervisión general del espacio, revisión básica de implementos (carga e higiene de audífonos, revisión de mantas, limpieza de fidget toys), coordinación con quien corresponda para limpieza y mantención general (auxiliar de aseo).

6. Emergencias y situaciones no cubiertas.

Si una situación excede la finalidad del Espacio de Calma, involucra riesgo para la integridad de la persona o terceros, conflicto entre usuarios, crisis de salud o necesidad de atención especializada, deberá interrumpirse el uso del espacio y activarse la ruta institucional correspondiente. Llamada al teléfono de emergencia, anexo 6999.

Si la persona se encuentra acompañada, esta deberá realizar la llamada, en caso que la persona responsable del espacio note la situación, podrá realizar la derivación con previo consentimiento (en caso de ser posible).

7. Horario de funcionamiento (de Lunes a Viernes).

De lunes a viernes de 08:30 a 17:00hrs.

Observaciones:

Este protocolo podrá ajustarse a las características propias de cada Espacio de Calma, según lo estime conveniente la unidad en que se encuentre, manteniendo las directrices de este protocolo.