



Di lo que piensas. Mantente seguro. Siéntete orgulloso de quién eres.

¿Qué significa ser neurodivergente?



“**Neurodivergente**” describe a alguien cuyo cerebro aprende o procesa la información de forma diferente. Esto incluye a los estudiantes que reciben apoyo formal y a los que no lo reciben, pero que aún tienen otras diferencias o discapacidades. Estas diferencias **no** limitan sus fortalezas, su potencial ni su derecho a un entorno de aprendizaje seguro y de apoyo. Apoyar a los estudiantes con neurodivergencia significa ayudarlos a tener éxito como son, no intentar que todos piensen, aprendan o se comuniquen de la misma manera.

¿Qué es el bullying y cuáles son las señales?



El **bullying** es cuando alguien lastima repetida y deliberadamente a otra persona para tener poder sobre ella. En 2025, casi **1 de cada 4** estudiantes de escuela media y hasta **1 de cada 6** estudiantes de secundaria fueron víctimas de bullying. Los comportamientos de bullying pueden ser **directos**, como *insultos o empujones*, o **indirectos**, como *difundir rumores, excluir a alguien o enviar mensajes hirientes en línea*.

Señales de que un estudiante es víctima de bullying:

- **Señales en el salón de clases:** disminuye su rendimiento académico o falta a la escuela
- **Señales sociales:** fingir para encajar; aislamiento de sus amigos, evitar eventos sociales o problemas de conducta
- **Señales físicas:** lesiones inexplicables, objetos personales perdidos/dañados

¿Por qué el bullying a estudiantes neurodivergentes es diferente?



Para los estudiantes con neurodivergencia, el bullying puede ser un reto diario que afecta su aprendizaje, sus amistades y su seguridad. Los estudiantes con discapacidad tienen **entre 3 y 4 veces** más probabilidades de sufrir bullying que sus compañeros.

Cuando no se comprenden las diferencias en el aprendizaje, la comunicación o las interacciones, los estudiantes con neurodivergencia pueden sufrir exclusión, burlas o bullying por parecer “diferentes”, incluso cuando no hay mala intención. El bullying a un estudiante basado en una característica protegida, como una discapacidad, es grave según la ley, y las escuelas deben actuar cuando afecta la seguridad o la capacidad de aprendizaje de un estudiante.

¿Qué debo hacer si me están haciendo bullying o ciberbullying?



- **No reacciones** y haz todo lo posible por actuar como si no te molesta. No discutas, porque puede empeorar las cosas
- **Evita** al estudiante tanto como puedas
- Habla con un **adulto de confianza**, como padre/madre, maestro, consejero, administrador de la escuela
- Pide ayuda a **amigos** que te apoyen y mantente en grupos seguros de compañeros
- **Apunta y toma capturas de pantalla** de lo que pasó si ocurre en línea
- **Bloquea** a cualquiera que te esté molestando

¿Qué debería hacer si veo a alguien que está sufriendo bullying por ser neurodivergente?



- **Quédate** al lado del estudiante para que sepa que alguien se preocupa por él. Los estudiantes que hacen bullying a menudo retroceden cuando sus compañeros defienden a alguien.
- **Incluye** al estudiante que es víctima de bullying. Invítalo a salir contigo y tus amigos.
- **Escucha** y mantén las cosas en privado. Valida sus sentimientos y no compartas su historia con los demás.
- **Ayúdalo a salir** de una situación de bullying y pregúntale más tarde cómo está.
- **Busca ayuda de adultos** si se vuelve un problema serio.

¿Tendré problemas si digo lo que está pasando?



- Los **compañeros** pueden enfadarse, pero es importante que el bullying no continúe y que cause más daño.
- Los **adultos** no deberían meter en problemas a los estudiantes por reportar el bullying.
- Las escuelas tienen reglas y responsabilidades para **proteger** a los estudiantes que dicen lo que piensan y asegurarse de que nadie los trate mal por reportar el bullying.
- En California, el personal de la escuela debe **tomar en serio los reportes** y **no puede castigarte** por denunciar.
- Denunciando, siendo amables y trabajando juntos, los estudiantes hacen que las escuelas **sean más seguras para todos**.

¿Cómo puedo protegerme del bullying y el ciberbullying?



- Mantente cerca de **amigos en los que confíes** y de modelos a seguir de **confianza** que te apoyen para no sentirte solo.
- Si te sientes asustado o inseguro, ve a un **lugar seguro en la escuela**, como la dirección o la oficina del consejero, hasta que un adulto pueda ayudarte.
- No compartas **información personal** en línea, como tu dirección o teléfono.
- Utiliza **la configuración de privacidad** para mantener tus cuentas más seguras.

¿Dónde puedo obtener más información sobre la neurodiversidad y cómo prevenir el bullying?



- **Tu escuela o sitio web de tu escuela:**
Según el Proyecto de Ley del Senado 939 (2023-2024), las oficinas de educación de distrito o condado deben publicar recursos sobre bullying y neurodiversidad, y dar apoyo a los estudiantes que son víctimas de bullying porque son o los perciben como neurodivergentes.
- **Escanee el código QR para más recursos:**

