Raúl García Estupiñán, mentor y alumno de la EIIC, informa y ayuda si tienes Necesidades Específicas de Apoyo Educativo

Guía, trámites, información, documentación y experiencias.

Raúl García Estupiñán
12-9-2025
Mentor del Grado en Ingeniería Mecánica

Contenido

1. Base introductoria. 2
2. Adaptaciones al puesto de aprendizaje académico en la ULPGC. 2
3. Estudiantes con trastornos del neurodesarrollo o neurodivergencia. 9
   3.1. Estudiantes que sí posean un diagnóstico. 9
   3.2. Estudiantes que no posean un diagnóstico. 9
      3.2.1. Diagnóstico de TDAH en la etapa universitaria. 10
4. Mentoría. 11

1. Preámbulo.

Me llamo Raúl García Estupiñán y soy estudiante del grado de Ingeniería Mecánica en la EIIC, ULPGC. Además de ser mentor para los estudiantes de nuevo ingreso para el curso 25-26.

Durante el curso 2021-2022 me diagnosticaron una enfermedad crónica, la cual me dificultó los estudios durante ese mismo curso y los dos siguientes. Por aquel entonces, el programa de mentoría no existía, por lo que durante esta etapa no pude contar con nadie que no fuese mi familia y algún que otro profesor al que le contase mi situación y me ayudara en lo específico para la asignatura.

El programa de mentoría para estos casos es crucial. En estos casos tan adversos como problemas de salud nosotros no podemos mucho al respecto y necesitamos la ayuda de otras personas (en este caso los mentores) para poder intentar, dentro de lo posible y hasta donde la salud lo permita, seguir conectados con el mundo académica por el que pasamos durante varios años.

En estos casos un mentor debe ser alguien capaz de guiar, motivar, escuchar y empatizar con el estudiante. Además, debe intentar ponerse en contacto con la universidad y profesorado para comunicar todos estos problemas y dificultades, pues puede llegar a darse el caso en el que, por problemas de salud, el alumno no sea capaz, ni siquiera, de ponerse en contacto con la universidad y explicar el motivo por el cual no ha podido asistir a clase o presentarse a las convocatorias.

Tras esta etapa de problemas de salud, volví a la universidad para encontrarme con que, además, podría haber sido TDAH durante toda mi vida. Esto me marcó bastante y deseo aportar distintas explicaciones y mis experiencias que considero necesarias para aquellos alumnos que ya hayan pasado o estén pasando por casos similares.

2. Adaptaciones al puesto de aprendizaje académico en la ULPGC.

Para los estudiantes que padezcan alguna discapacidad o ya tengan trastornos que afecten al aprendizaje, les recomiendo como primer paso, solicitar ***la adaptación al puesto de aprendizaje académico por necesidades específicas de apoyo educativo (NEAE).*** Para ello, deben solicitarlo formalmente, por sede electrónica de la ULPGC con el trámite:

> ***Necesidades educativas de adaptación al puesto de aprendizaje académico***

Para realizar el trámite deberán ir a la sede electrónica de la ULPGC. Para ello, accedan a MiULPGC y una vez dentro, hagan click en sede electrónica, o entrando en administracion.ulpgc.es.

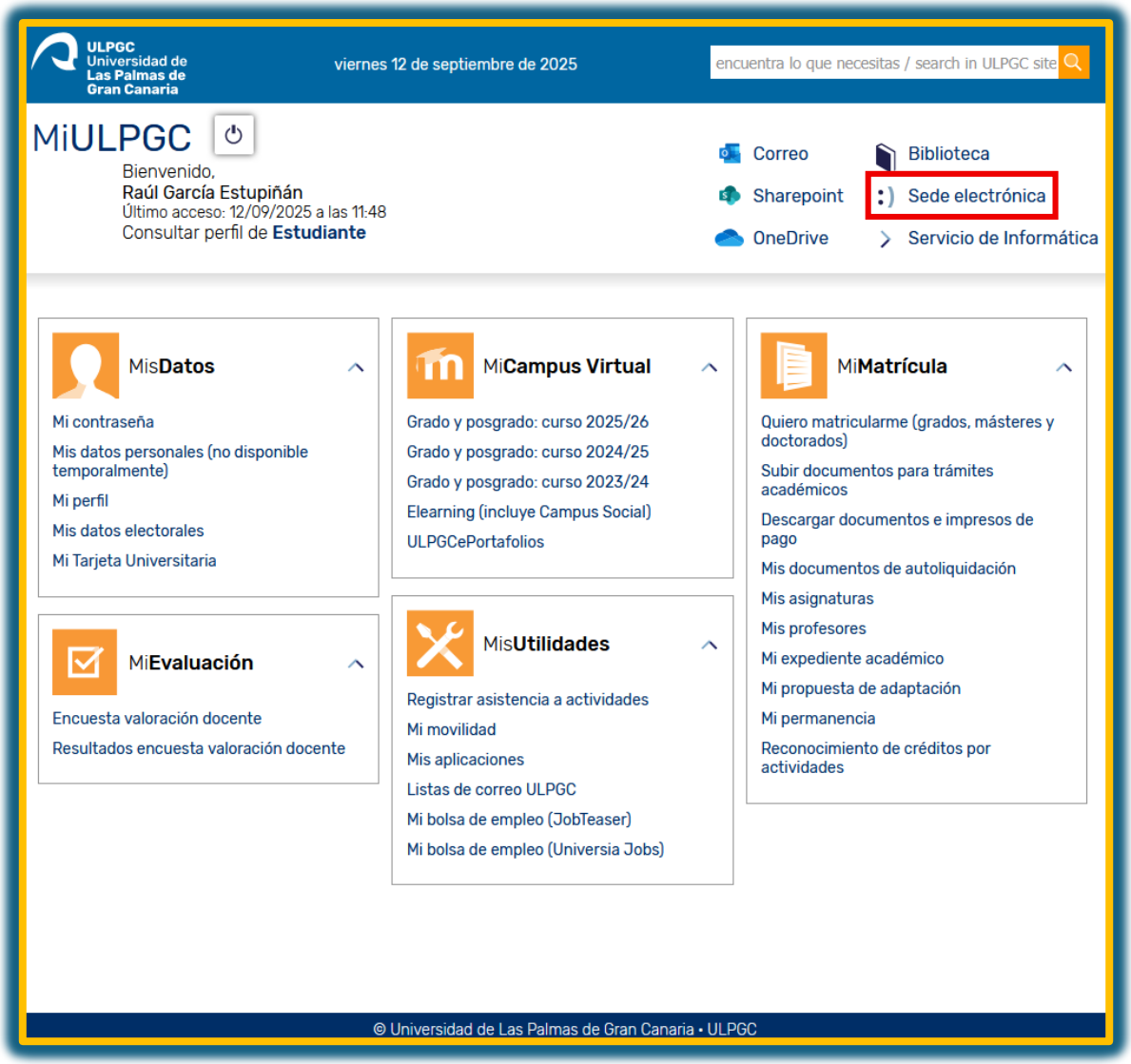


Ilustración 1. MiULPGC

Dentro de la sede electrónica, pinchan en la pestaña de trámites.

Ilustración 2. Sede electrónica

Dentro de los trámites, les recomiendo, para que no se pierdan o tarden mucho tiempo buscando, introducir directamente el nombre del trámite dentro del buscador. Para este caso, "Necesidades educativas de adaptación al puesto de aprendizaje académico".

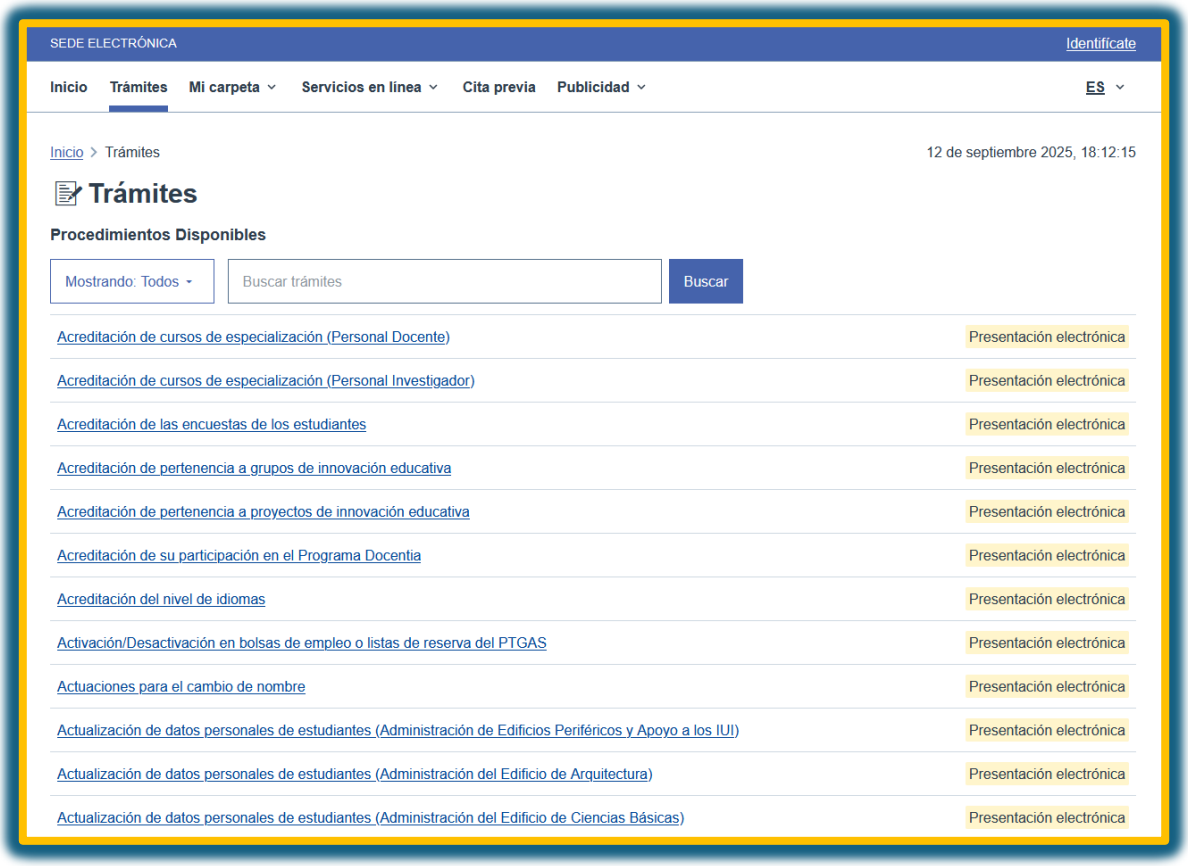


Ilustración 3. Sede electrónica

Una vez encontrado el trámite, si hacen click en iniciar tramitación electrónica empiezan ya el formulario de la tramitación. Deben identificarse por Cl@ve, en caso de no tenerlo, acceder al siguiente trámite del gobierno de España: Acceder con certificado electrónico o Cl@ve.

Dentro del trámite, solo tienen que rellenar (si no está ya rellenado) toda la información necesaria.

En el paso 2. Formulario, como información adicional mejor describir vuestro caso por el que solicitan el trámite.

Como documentación obligatoria, deben subir lo explicado en los siguientes apartados que expongo. Permite subir varios documentos dentro de una pestaña, por lo que en la documentación obligatoria pueden subir lo que requiere la universidad respecto a los documentos indicados má adelante. En la documentación opcional (o adicional), sus informes médicos, certificados de discapacidad o documentos necesarios.

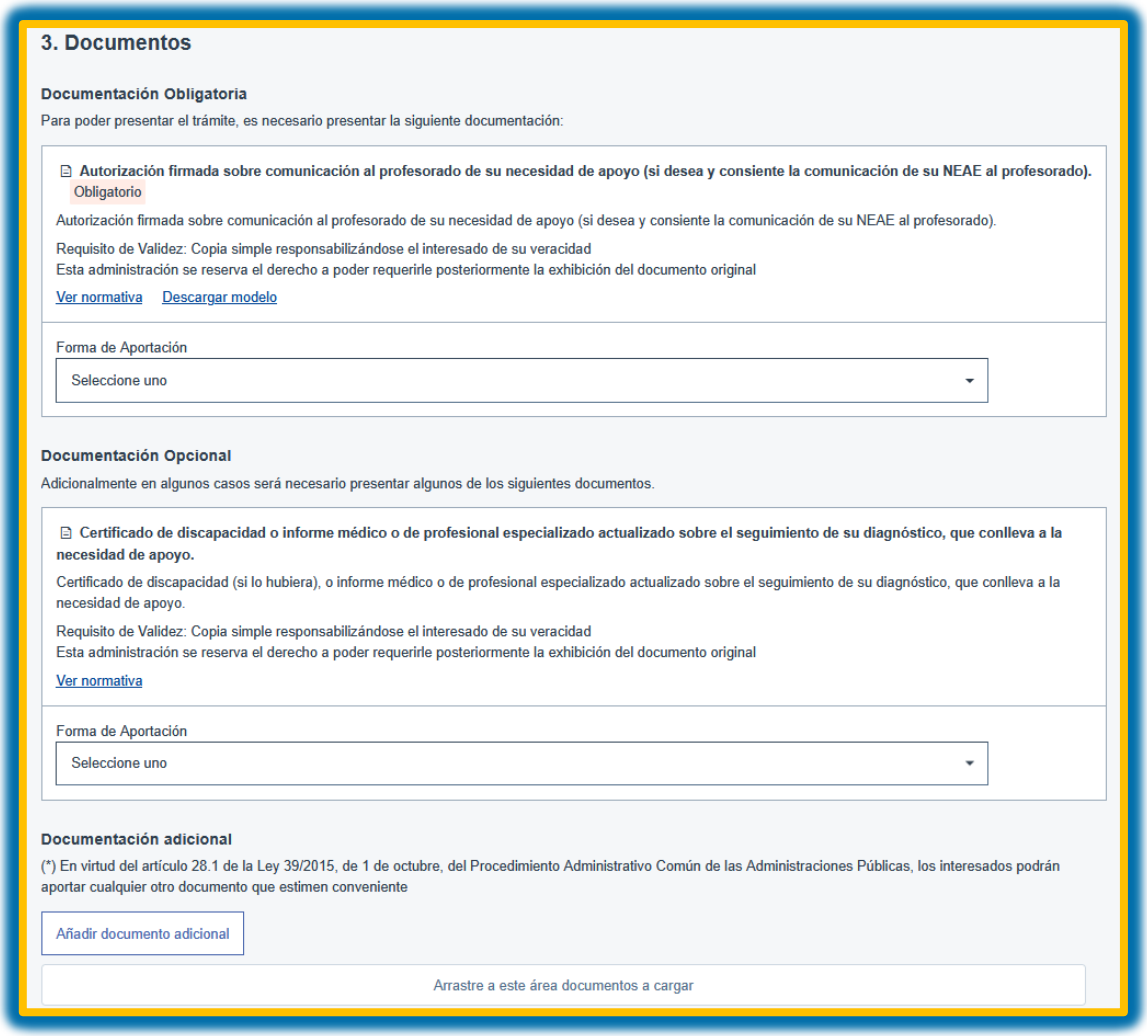


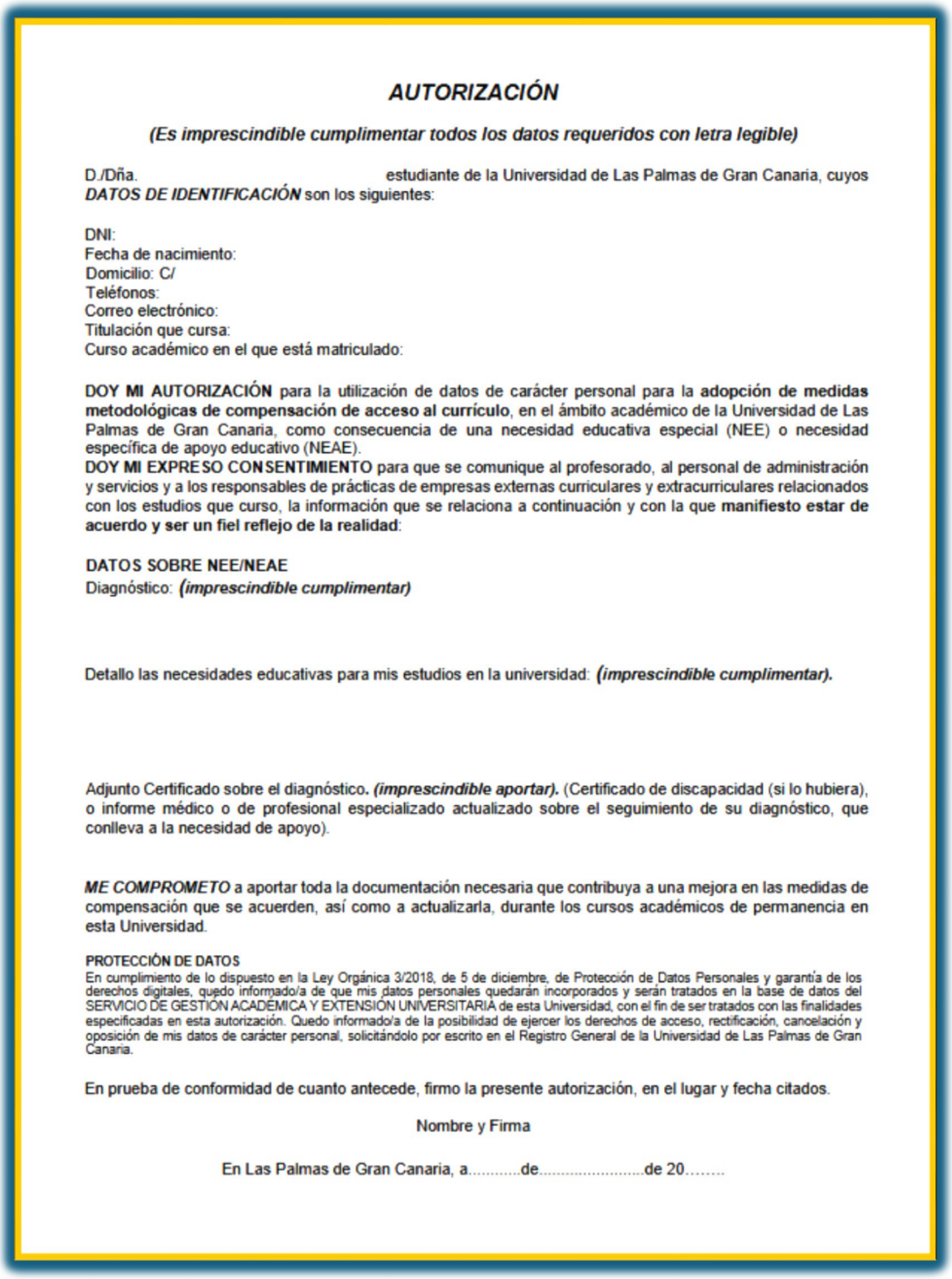
Ilustración 4. Trámite NEAE

Una vez realizado todo esto, pueden firmar el trámite y enviarlo. Les recomiendo guardar el recibo. En caso de equivocarse en cualquier punto, la universidad o Acción Social se pondrá en contacto con ustedes para comunicarles si falta algún documento, información o si ha habido algún error.

Una vez realizado todo este trámite, les invito a que accedan a la página de Acción Social de la ULPGC para conocer los derechos que tienen como estudiantes así como cualquier tipo de trámite que les pueda interesar. Por ejemplo, para aquellos estudiantes con una discapacidad, las ayudas extraordinarias de la universidad, así como aquellos estudiantes que necesiten comunicar un problema con las instalaciones de la universidad debido a su discapacidad, pueden realizar dicha comunicación a través del siguiente programa: Atención a estudiantes con necesidades específicas de apoyo educativo.

Se pueden poner en contacto con la universidad si la carga mental de la nueva vida universitaria les afecta, para ello, recomiendo establecer contacto con el Gabinete psicopedagógico y realizar los pasos comentados en el punto 3.1 de este documento (a continuación).

Junto con la solicitud explicada, deben adjuntar la siguiente autorización, que permite a la universidad conocer el caso en el que se encuentren, además de comunicar al profesorado su situación. Aún así, es recomendable contactar con los docentes para ir estableciendo un contacto más cercano y que los profesores les conozcan de primera mano.



AUTORIZACIÓN

(Es imprescindible cumplimentar todos los datos requeridos con letra legible)

D./Dña. estudiante de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, cuyos ***DATOS DE IDENTIFICACIÓN*** son los siguientes:

DNI:
Fecha de nacimiento:
Domicilio: C/
Teléfonos:
Correo electrónico:
Titulación que cursa:
Curso académico en el que está matriculado:

DOY MI AUTORIZACIÓN para la utilización de datos de carácter personal para la **adopción de medidas metodológicas de compensación de acceso al currículo**, en el ámbito académico de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, como consecuencia de una necesidad educativa especial (NEE) o necesidad específica de apoyo educativo (NEAE).
DOY MI EXPRESO CONSENTIMIENTO para que se comunique al profesorado, al personal de administración y servicios y a los responsables de prácticas de empresas externas curriculares y extracurriculares relacionados con los estudios que curso, la información que se relaciona a continuación y con la que **manifiesto estar de acuerdo y ser un fiel reflejo de la realidad**:

DATOS SOBRE NEE/NEAE
Diagnóstico: ***(imprescindible cumplimentar)***

Detallo las necesidades educativas para mis estudios en la universidad: ***(imprescindible cumplimentar).***

Adjunto Certificado sobre el diagnóstico. ***(imprescindible aportar).*** (Certificado de discapacidad (si lo hubiera), o informe médico o de profesional especializado actualizado sobre el seguimiento de su diagnóstico, que conlleva a la necesidad de apoyo).

ME COMPROMETO a aportar toda la documentación necesaria que contribuya a una mejora en las medidas de compensación que se acuerden, así como a actualizarla, durante los cursos académicos de permanencia en esta Universidad.

PROTECCIÓN DE DATOS
En cumplimiento de lo dispuesto en la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, quedo informado/a de que mis datos personales quedarán incorporados y serán tratados en la base de datos del SERVICIO DE GESTIÓN ACADÉMICA Y EXTENSIÓN UNIVERSITARIA de esta Universidad, con el fin de ser tratados con las finalidades especificadas en esta autorización. Quedo informado/a de la posibilidad de ejercer los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición de mis datos de carácter personal, solicitándolo por escrito en el Registro General de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.

En prueba de conformidad de cuanto antecede, firmo la presente autorización, en el lugar y fecha citados.

Nombre y Firma

En Las Palmas de Gran Canaria, a.....de.....de 20.....

Ilustración 5. Autorización NEAE

En la solicitud anterior, deben adjuntar el diagnóstico de la patología en cuestión, certificado de discapacidad (si lo tienen) o informe médico que conlleve la necesidad de apoyo.

Además, deberán rellenar y aportar el siguiente documento, el cual Acción Social de la ULPGC debería enviarles una vez realizado el trámite del primer documento (el de Autorización NEAE). Si son estudiantes que ya habían hecho este trámite anteriormente, al comienzo de cada curso me envían un correo con ambos documentos.

En cualquier caso, pueden solicitarlo directamente a sas@ulpgc.es.

SOLICITUD DE ADAPTACIÓN AL PUESTO DE APRENDIZAJE ACADÉMICO

NOMBRE Y APELLIDOS_____
NIF/NIE _____
DOMICILIO_____código postal_____
PROVINCIA _____
Correo electrónico _____ Teléfono de contacto_____

TITULACIÓN MATRICULADA: _____

SOLICITA ADAPTACIÓN AL PUESTO DE APRENDIZAJE ACADÉMICO PARA EL CURSO_____, ADJUNTADO LA SIGUIENTE DOCUMENTACIÓN:

- CERTIFICADO DE DISCAPACIDAD, INFORME MÉDICO O DE PROFESIONAL ESPECIALIZADO ACTUALIZADO SOBRE EL DIAGNÓSTICO QUE CONLLEVA A LA NECESIDAD DE APOYO QUE SOLICITA.
-AUTORIZACIÓN CUMPLIMENTADA Y FIRMADA POR EL ALUMNADO SOBRE COMUNICACIÓN AL PROFESORADO DE LA NECESIDAD DE APOYO.

En (lugar) , a (día) de (mes) de (año) .

FIRMA:

SR. VICERRECTOR DE ESTUDIANTES DE LA ULPGC

Este impreso cumplimentado debe ser presentado en los registros oficiales autorizados de la ULPGC

Ilustración 6. Modelo solicitud

3. Estudiantes con trastornos del neurodesarrollo o neurodivergencia.

Para aquellos estudiantes que puedan padecer un trastorno como el TDAH o cualquier otro tipo de neurodivergencia, así como aquellos alumnos que durante su nueva etapa académica empiecen a sospechar sobre tal sintomatología, pueden realizar los siguientes pasos:

3.1. Estudiantes que sí posean un diagnóstico.

Estos estudiantes deberán realizar lo explicado en el punto 2 de este documento. Además, les recomiendo encarecidamente que se pongan en contacto con el Gabinete psicopedagógico de la ULPGC.

Deberán enviar un correo a la dirección gap@ulpgc.es comentando el motivo de consulta, además de rellenar y enviar en este mismo correo un formulario de solicitud.

Si son aceptados, entrarán en contacto con el/la especialista que lleve el gabinete y tendrán la oportunidad de disponer de 4 sesiones para aprender a llevar y superar las barreras que puedan encontrar en esta nueva etapa universitaria, así como aprender a afrontar de forma exitosa los retos nuevos retos académicos.

3.2. Estudiantes que no posean un diagnóstico.

Para aquellos estudiantes que no posean un diagnóstico sobre trastornos del neurodesarrollo o alguna neurodivergencia, pero que sospechen de padecer algo, les animo a que lean la siguiente información: Libro: Orientaciones psicológicas, psicopedagógicas y sociales para los estudiantes durante la vida académica en la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.

Es un libro bastante extenso, pero me gustaría indicarlo porque hay otras más cosas que la universidad puede ayudar al respecto. Sin embargo, yo les voy a indicar lo que me parece más interesante que lean o se conciencien al respecto.

- Apartado 8 Bloque 1: Afrontamiento del estrés página 101.
- Apartado 2 Bloque 5: Atención – concentración página 183.

Aquellos alumnos que puedan sospechar sobre un posible TDAH, les animo a que intenten acceder a algún gabinete especializado en el campo.

Para aquellos estudiantes que no puedan ponerse en contacto con dicho especialista por motivos económicos, les animo a intentarlo por vía de la universidad pidiendo permiso y poniéndose en contacto con el gabinete mencionado en el apartado 3.1, para intentar llevar ya un expediente que te permita acceder a tales especialistas ya sea por medio de ayudas o como la universidad pueda hacerlo posible.

3.2.1. Diagnóstico de TDAH en la etapa universitaria.

En esta nueva etapa, empezarán a darse cuenta de que los estudios universitarios pueden tener sus complicaciones. El cambio de ritmo, la autonomía y la carga de trabajo puede hacer que, de repente, ciertas dificultades que antes pasaban desapercibidas se vuelvan difíciles de ignorar.

Es posible que en esta nueva etapa empiecen a surgir ciertas situaciones:

- Revisar un examen y darte cuenta de que respondiste algo totalmente distinto a lo que se te preguntaba.
- Encontrar una lucha constante por ir a clase o mantener la concentración en ella.
- Sentir que llevar varias asignaturas a la vez es misión imposible.
- Perder el hilo de la clase constantemente.
- Muy mala organización y no conseguir recordar fechas clave.
- Sacar mal un examen a pesar de llevar bien el temario, habiendo estudiado y repasado bien en un entorno tranquilo, pero en el examen fallar por pérdidas de concentración.

Este tipo de características son las que te puede hacer sospechar que algo no funciona como debe. Podrías empezar a darte cuenta de síntomas, como la impaciencia, distracciones, periodos de hiperfoco intenso, inquietud, insomnio, overthinking, dejar tareas a medias, sensación de no rendir lo suficiente, problemas de memoria o la procrastinación.

Es sintomatología que, a medida que la vas conociendo y vas haciendo vista atrás a tu pasado académico, es posible que ya estuvieran ahí durante toda tu vida. Sin embargo, la estructura del instituto o la FP podía compensarlas. Es posible que, al comentar estas sospechas por primera vez, la respuesta sea que es "muy raro" si antes no hubo problemas académicos graves. Sin embargo, la realidad es que la universidad exige otro nivel de habilidades organizativas y eso puede desbordar por completo las estrategias que uno usaba sin ser consciente.

El camino de un diagnóstico suele empezar por informarse y conectar los síntomas con experiencias pasadas. El siguiente paso, es buscar ayuda especializada. Un buen punto de partida que pueden tomar es pedir permiso e intentar acceder al Gabinete psicopedagógico de la ULPGC. Ellos pueden orientar y, si es necesario, derivar a un especialista externo para una evaluación completa.

Recibir un diagnóstico puede darle un nombre a lo que ya te estaba pasando, pero no se debería quedar ahí. Es necesario aprender a gestionar con las herramientas adecuadas, ya sea terapia o en algunos otros casos, el tratamiento farmacológico necesario.

Si algo de esto resuena contigo, no subestimes la utilidad de contactar con el Gabinete psicopedagógico de la ULPGC. Su experiencia con casos similares puede ser un apoyo crucial para entender lo que te pasa y encontrar la mejor manera de seguir adelante con tus estudios.

4. Mentoría.

Tras haberles explicado lo necesario y compartido mi experiencia, estoy dispuesto a mentorizar a aquellos alumnos que ya posean algún tipo de NEAE o que puedan sospechar al respecto, así como aquellos que ya estén pasando por un diagnóstico de algún problema de salud o que lo hayan pasado.

Para cualquier cosa, tienen mi contacto como mentor.

raul.garcia116@alu.ulpgc.es