

## **MSU Extension Publication Archive**

Archive copy of publication, do not use for current recommendations. Up-to-date information about many topics can be obtained from your local Extension office.

Children and Disaster: Part 2 What Parents and Caregivers can Say and Do Spanish Language Version

Michigan State University

Cooperative Extension Service

Dawn C. Koger, Program Leader, Family and Consumer Sciences

Issued January 2006

4 pages

The PDF file was provided courtesy of the Michigan State University Library

**Scroll down to view the publication.**



## Los niños y el desastre: Parte 2, Lo que los padres y cuidadores pueden decir y hacer

*Dawn C. Koger, Líder del Programa, Ciencias de la Familia y el Consumidor,  
Extensión de la Universidad Estatal de Michigan*

Los desastres, tanto los naturales como los causados por el hombre, ocurren en todo el mundo. Donde quiera que haya un terremoto, un derrame químico, un deslave de lodo o un ataque terrorista, la cobertura excesiva de los medios de comunicación llevan imágenes del desastre a casi todas las familias del país. Aunque los niños no conozcan a alguien personalmente que haya sido afectado por la pérdida y la destrucción que conlleva este tipo de desastres, ellos probablemente han visto u oído acerca del evento en su vecindario, escuela o hasta en su sala familiar.

Normalmente los desastres son algo difícil de describir o explicar. Por definición, la mayoría de desastres son repentinos y están fuera de nuestro control, lo que los hace mucho más terribles. Pero quienes cuidamos de niños y nos preocupamos por ellos nos enfrentamos con la difícil tarea de explicar cosas como terremotos, huracanes, accidentes de aviones y hasta guerras a nuestros pequeñines. Aunque nunca es fácil hablar acerca de temas difíciles y no existen palabras perfectas, hay formas de ayudar al niño a comprender y poder sobrellevar el desastre y el trauma.

Los siguientes lineamientos están catalogados por edades y ofrecen formas de apoyar a los niños durante un desastre. Tenga en mente que estas sugerencias son genéricas y que lo que usted diga y haga necesita ajustarse de acuerdo a la etapa de desarrollo, personalidad y experiencias de la vida de cada niño en particular.



Al buscar las palabras que usará, tenga en mente cuánto es capaz de entender cada niño. ¿Tiene el niño la tendencia natural a ser ansioso, temeroso y preocupado, o relajado y calmado? También considere el historial de traumas y pérdidas que tiene el niño. Los niños que han experimentado traumas y pérdidas anteriormente tendrán necesidades diferentes que aquellos que no las han experimentado. Todos estos factores afectarán lo que se puede esperar de un niño en

cuanto a lo que va a comprender y cómo va a reaccionar a lo que mira y escucha.

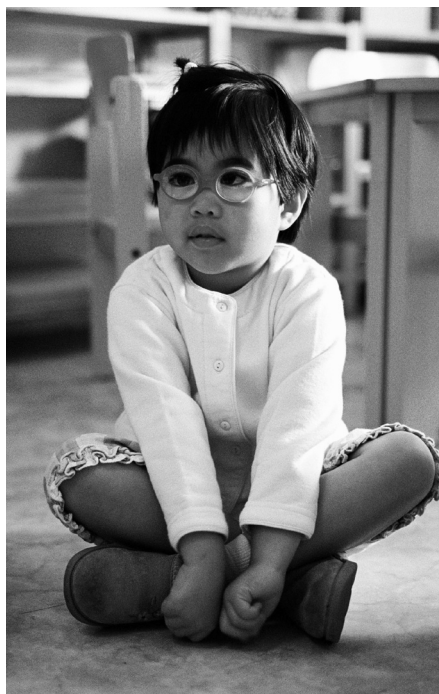
### **Bebés y niños pequeños**

Los niños están aprendiendo si su mundo es un lugar protegido y seguro. Ellos están estableciendo relaciones con miembros de la familia y otros cuidadores importantes, y necesitan el consuelo y la seguridad de los adultos que los quieren y que cubren sus necesidades constantemente. Los niños muy pequeños están usualmente ajenos a los eventos mundiales actuales; sin embargo, ellos asimilarán el estrés y la ansiedad que sus cuidadores estén sintiendo.

### **Lo que pueden hacer los padres o cuidadores:**

Los niños de esta edad necesitan estructura, rutinas y poder predecir las cosas, así como un cuidador calmado, que lo apoye, y que responda y sea capaz de cubrir sus

necesidades constantemente en épocas de desastre o normales. Trate de hacer las cosas igual que las hacía antes del desastre, si puede. Saber qué esperar y cuándo ayuda a los niños pequeños a sentirse protegidos y seguros. Si usted o su familia se viera afectada por un desastre directamente, sería bueno tener algo familiar para su niño, como una cobija o un juguete especial. Las cosas queridas le dan a los niños confianza y seguridad. También asegúrese de cuidar sus propias necesidades emocionales de la mejor manera posible, para poder cumplir con las necesidades de los demás. Algunas veces, obtener ayuda para usted es la mejor manera de ayudar a su niño.



como sea posible. Los niños de edad preescolar encuentran confianza y seguridad en saber qué esperar y cuándo.

### **Lo que pueden decir los padres**

Si usted necesita hablar de lo que pasó con su niño de edad preescolar, inicie con una pregunta para determinar qué es lo que él ya sabe y cuáles pueden ser sus preocupaciones. Haga preguntas como:

- ¿Qué piensas que ha pasado?
- Sentí miedo al ver como cayó ese edificio. ¿Qué piensas al respecto?
- ¿Qué te preocupó?
- Dime lo que viste.

Responda a las preguntas con la ver-

dad, usando lenguaje sencillo y basado en los hechos. Use las palabras del niño cuanto sea posible. Recuerde que la primera preocupación del niño será su propia seguridad y protección, así que sea paciente y comprensivo si es posible. El niño también puede hacer la misma pregunta una y otra vez. Esto es completamente normal y una de las formas en que él trata de encontrarle sentido a las cosas es por medio de lo que ve y escucha. Ejemplos de las formas de hablarles a niños en edad preescolar incluyen:

- Algunas personas hicieron algo muy malo y muchas personas resultaron heridas y murieron.
- Herir a otras personas nunca es una buena forma de resolver los problemas.
- Algunas veces la tierra se mueve y se parte en pedazos. Esto se llama terremoto.
- Me siento mal que las casas de esas personas hayan sido arrastradas por el torrente.
- Un huracán es una tormenta de viento con lluvia. Pasa en lugares cercanos al océano.
- Los adultos que nos preocupamos por ti estamos tratando muy duro de mantenerte seguro y protegerte.

## **Niños en edad preescolar**

Los niños en edad preescolar, de 3 a 5 años, no son capaces de comprender ni las ideas ni el lenguaje abstracto. El tiempo, la distancia y el lugar son confusos para el niño a esa edad. Ellos no entenderán que lo que ven y escuchan es algo que está pasando muy lejos. Tampoco comprenden que el mismo evento está siendo transmitido una y otra vez en la televisión. En vez, ellos sienten que algo está pasando una y otra vez y que está sucediendo cerca de ellos. Además, los niños en edad preescolar tienen imaginaciones activas y tienen problemas en distinguir entre la fantasía y la realidad.

### **Lo que pueden hacer los padres**

Como cuidadores de niños en edad escolar, nuestra primera y principal responsabilidad es protegerlos. Si ellos no han visto u oído lo que ha pasado, no hay necesidad de decirles. Por otro lado, si los niños en edad preescolar han sido expuestos a los eventos, nuestra mayor preocupación es reafirmar su sentido de seguridad y protección. Los niños en edad preescolar se preocuparán acerca de sus vidas, sus familias y sus rutinas diarias. Si su niño en edad preescolar está ansioso o preocupado, encuentre formas creativas para que se exprese. Pruebe leer libros para niños que traten de desastres, o permita que le demuestren sus sentimientos. Mantenga su rutina lo más consistente

## **Niños de edad escolar**

Los niños en edad escolar, de 6-12 años de edad son curiosos, quieren información detallada y harán preguntas acerca de lo que quieren saber. Aunque están empezando a comprender ideas complejas, puede que todavía tengan

dificultad en distinguir entre hecho y opinión, exageración y verdad. Los niños en edad escolar comprenden que hay consecuencias por los comportamientos y están preocupados acerca de la justicia y el castigo. Ellos también comprenden la permanencia de la muerte y la pérdida, y puede que se sientan tristes o enojados al saber que personas — aunque sean extrañas — hayan perdido la vida. A esta edad, muchos niños usan el humor inapropiadamente y pueden mostrarse insensibles a las necesidades de otros mientras tratan de manejar sus propios sentimientos.

### **Lo que pueden hacer los padres**

Aunque usted no haya expuesto a su niño en edad escolar a lo que pasó, él probablemente ha oído algo acerca de la situación por medio de sus amigos en la escuela o en las noticias. Los niños confunden ideas o detalles importantes. Es importante que adultos cuidadosos tengan y estén dispuestos a compartir información correcta y completa en una manera que sea consistente con el nivel de desarrollo del niño. Además, normalice los sentimientos que expresan los niños explicando que muchas otras personas se sienten exactamente de la misma manera. También espere algunos comportamientos regresivos. Los niños afectados adversamente por los desastres pueden revertir a comportamientos anteriores como mojar la cama, tener pesadillas, miedos irracionales y querer dormir acompañado. Finalmente, debido a que los niños a esta edad pasan mucho tiempo fuera de casa, asegúrese que la escuela esté enterada de las formas de apoyar a los niños que se estén adaptando a las secuelas del desastre.

### **Lo que pueden decir los padres**

Debido a que el niño puede estar recibiendo información de muchas fuentes, es especialmente importante que usted inicie la conversación con su niño y lo ayude a ordenar sus pensamientos y sentimientos. Inicie con una pregunta para determinar qué es lo que él ha visto y oído y cómo lo ha entendido. Haga preguntas como:

- ¿Qué has oído acerca de lo que pasó en Irak?
- ¿Tus maestros o amigos en la escuela han platicado de lo que ha pasado?
- ¿Te preocupa lo que ha pasado? ¿Qué es exactamente lo que te preocupa?
- ¿Tienes alguna idea de cómo suceden tormentas como esta?

Estimule a sus niños a hablar acerca de lo que han visto u oído a menudo y de muchas maneras. Escuche sus ideas

cuando ellos quieren hablar, haga preguntas con respuestas abiertas o pídale que le cuenten la historia de nuevo. Cuando se estimula a los niños a hablar abierta y honestamente, ellos captan el mensaje que nada es tan malo que no se pueda hablar de ello. Tenga en mente que los niños de edad escolar se preocupan acerca de su seguridad y protección, y la de sus familiares y amigos. Considere sus preocupaciones y dudas en una forma simple, y directa, explicando los hechos de la forma en que sucedieron. Diga cosas como:

- Una guerra es cuando los países pelean y es una forma en que los países piensan que pueden resolver sus problemas.
- No sé cómo llegó a pasar esto, pero hay personas que están trabajando muy duro para encontrar la forma de mantenernos seguros.
- Yo creo que muchas personas se están preguntando si una tormenta como esta pasará donde ellos viven.
- Muchos adultos están haciendo todo lo posible para hacer las cosas más seguras para quienes vivimos aquí.
- Yo me sorprendí al ver lo que pasó. Me da tristeza el que haya muerto tanta gente.
- A veces me preocupa que vaya a haber un huracán aquí, pero nosotros tenemos un plan para mantener a nuestra familia segura.

Los niños en edad escolar que son un poco más grandes pueden resistirse a compartir sus pensamientos y sentimientos, especialmente con los adultos. Considere compartir algunos de sus propios sentimientos para fomentar





una conversación, y discuta temas como las catástrofes naturales, el luto, la pérdida de un ser querido, el manejo de la ira y la resolución de conflictos. Para enfocar la conversación de una forma más relevante para niños preadolescentes, diga cosas como las siguientes:

- Es difícil entender por qué estas cosas pasan en el mundo.
- Los terroristas son personas que tratan de asustar e intimidar a otros matando y destruyendo.
- Me ofendieron tus bromas, especialmente porque estoy muy triste.
- ¿Qué clase de cosas piensas tu que pueden pasar como resultado de esto?
- Pensemos en maneras de ayudar.



y en control. Pero recuerde que aunque le pregunten sobre los detalles de los eventos o disfruten debatiendo sus puntos de vista con usted, ellos prefieren compartir sus sentimientos con sus compañeros. Asegúrese que ellos sepan que las líneas de comunicación están abiertas, pero respete su necesidad de conectarse con su grupo de amigos y posiblemente actuar en conformidad con ellos en tiempos como éstos.

## Lo que pueden decir los padres

Inicie el diálogo con los adolescentes por medio de preguntas para

determinar sus sentimientos y preocupaciones. Haga preguntas como:

- ¿Cómo te sientes por lo que ha pasado?
- ¿Qué piensas que motiva a un terrorista?
- ¿Cuándo está bien la guerra? O ¿Es la guerra siempre buena?
- ¿Por qué alguien se mata y mata a muchos más por una causa?
- ¿Estás preocupado de que pueda haber una guerra?
- ¿Cuáles fueron tus primeros pensamientos cuando esto pasó?
- Yo quiero contribuir con los esfuerzos de recuperación. ¿Tienes tu alguna idea?

## Adolescentes

Los adolescentes de 13 años o más son capaces de comprender asuntos complejos, y muchos de ellos serán capaces de discutir los eventos al mismo nivel que un adulto. Los adolescentes necesitan explorar los eventos para desarrollar su propia visión de los mismos, y ellos típicamente disfrutan al discutir temas morales y filosóficos. Los adolescentes están preocupados por el futuro, la igualdad y la justicia. Los desastres aumentan su vulnerabilidad y amenazan su sentido de seguridad y de esperanza para el futuro.

## Lo que pueden hacer los padres

Esta es una excelente oportunidad para discutir asuntos complejos como la violencia, racismo, odio, guerra, religión y política. No se sorprenda si los adolescentes se vuelven tan interesados en su posición que sienten la necesidad de defender una causa o volverse política o socialmente activos. Los desastres estimulan todos nuestros sentimientos de vulnerabilidad, e involucrarse a menudo ayuda a los adolescentes a sentirse más poderosos

## Fuentes

Gordon, N.S., N.L. Farberow and C.A. Maida. 1999. *Children and Disasters: The Trauma and Loss Series*. Philadelphia, Pa.: Brunner/Mazel.

Trozzi, Maria. 1999. *Talking with Children About Loss: Words, Strategies and Wisdom to Help Children Cope with Death, Divorce, and Other Difficult Times*. New York: The Berkeley Publishing Group.