



KIT DE HERRAMIENTAS DE RESPUESTA A EMERGENCIAS: UN ENFOQUE RELACIONAL TEMPRANO

Edición para primeros educadores



AIMHiTN.org

Tabla de contenido

Introducción	3	INTRODUCCIÓN
Organización del kit de herramientas	3	
Las relaciones son clave para apoyar el desarrollo emocional	4	
Consideraciones clave para la regulación emocional durante situaciones de emergencia	4	
Preparar	6	PREPARAR
Desarrollando su plan de desastre	8	
Conocer los requisitos de planificación de desastres y los recursos disponibles de Tennessee	8	
Recursos de preparación, respuesta y recuperación	10	
La preparación para emergencias comienza en la admisión	11	
Teniendo en cuenta las experiencias adversas en la infancia y los desastres	13	
Apoyo a bebés y niños pequeños durante simulacros de desastre	14	
Responder	18	RESPONDER
Qué esperar de los bebés y niños pequeños durante una emergencia	18	
Consejos para la evacuación y reubicación	19	
Reubicación de padres	20	
Recuperar	24	RECUPERAR
La importancia del cuidado de niños en la recuperación ante desastres	24	
Conceptos clave en la respuesta al estrés/trauma	25	
Reconocimiento de las respuestas relacionadas con el estrés/trauma en bebés y niños pequeños	27	
Respuestas al estrés/trauma en niños menores de un año	29	
Respuestas al estrés/trauma en niños pequeños	29	
Apoyo a bebés y niños pequeños después de un desastre	33	
Apoyar a los bebés menores de un año después del desastre	33	
Apoyo a los niños pequeños después de un desastre	34	
Formas adicionales de guiar a los profesionales en el apoyo a los niños pequeños	34	
Apoyo a los cuidadores después de un desastre	38	
		DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Autocuidado y cuidado comunitario	39
Consejos sobre el cuidado personal después de un desastre	40
Consejos para el cuidado organizacional del cuidado de niños	40

Desastres 40

Apoyar a los bebés y niños pequeños en todo...	40
tornados	40
inundaciones	45
Temblores	49
incendios	52
Fugas de gas, derrames de productos químicos o incidentes con materiales potencialmente peligrosos	56
Cuidadores discapacitados, abuso infantil y violencia en el hogar	60
Simulacros e incidentes de tirador activo	63
La muerte, el dolor y la pérdida	67
Pandemias	69

Folletos

Folleto 1: Los niños crecen, aprenden y prosperan a través de relaciones sensibles y receptivas con los adultos	71
Folleto 2: Diez consideraciones para bebés y niños pequeños después de desastres y eventos violentos	72
Sintonizando: Cómo leer las señales de su bebé y responder apropiadamente	73
Creciendo Juntos: La importancia de la comunicación con su hijo después de una emergencia o desastre	74
Infantes y Desastres	
Apoyo a bebés y niños pequeños durante simulacros de desastre	75
Apoyo a bebés y niños pequeños durante emergencias	76
Apoyo a padres y cuidadores después de desastres	77
	78

Referencias 79

Expresiones de gratitud 82



Introducción

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Tennessee está comprometido con el bienestar y el desarrollo de sus niños más pequeños y de quienes los cuidan. A partir de 2013, el Código de Preparación para Emergencias en el Cuidado Infantil de Tennessee (Código de Tennessee (Tenn. Code Ann. § 71-3-517 (2013), requería que las instalaciones de cuidado infantil desarrollaran planes escritos para proteger a los niños en emergencias. En 2016, los Servicios de Cuidado Infantil de TDHS desarrollaron un Plan de Preparación para Emergencias para ayudar a los proveedores de cuidado infantil con la preparación, respuesta y recuperación ante emergencias. Para promover este compromiso, la Asociación de Salud Mental Infantil en Tennessee (AIMHiTN), a través de fondos del Departamento de Servicios Humanos de Tennessee (TDHS), ha desarrollado el Kit de herramientas de preparación para la respuesta de emergencia en Tennessee (PERTT): un enfoque relacional temprano. Este conjunto de herramientas tiene como objetivo ayudar a los proveedores de cuidado infantil a cumplir con los requisitos del Departamento de Servicios Humanos de Tennessee para tener un Plan de preparación para emergencias de servicios de cuidado infantil. El conjunto de herramientas tiene un enfoque específico en la implementación de procedimientos de preparación, respuesta y recuperación ante emergencias de una manera apropiada para el desarrollo e informada sobre el trauma para promover el desarrollo relacional temprano de los bebés y niños pequeños.

Kit de herramientas de respuesta a emergencias: un enfoque relacional temprano se basa en la ciencia del desarrollo de la primera infancia que afirma:

Los bebés y los niños pequeños nacen listos para relacionarse, comunicarse y aprender. Los bebés y los niños pequeños son conscientes y se ven afectados por sus cuidadores y sus entornos.

El estrés y el trauma tempranos afectan el desarrollo cerebral y el bienestar de los bebés y niños pequeños. También afecta su desarrollo a largo plazo, incluida la salud física y mental. Si bien los bebés y los niños pequeños son vulnerables a las experiencias negativas, también son muy receptivos a las experiencias relacionales positivas.

La salud y el desarrollo de los bebés y niños pequeños requiere relaciones y entornos seguros, estables y de apoyo.

Debido al impacto de la cultura y el medio ambiente, garantizar que las prácticas sean individualizadas y accesibles para apoyar a todos los niños.

Debido a que los niños crecen y se desarrollan bien con relaciones consistentes y positivas, es necesario apoyar la salud y el bienestar de los cuidadores para brindar apoyo a los niños.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Un Plan de preparación para emergencias que se centre en formas de apoyar interacciones positivas ayudará a satisfacer las necesidades de desarrollo únicas de los bebés y niños pequeños que son particularmente vulnerables al impacto de eventos negativos, como los desastres. Si bien las emergencias y los desastres son eventos extraordinarios, no son infrecuentes. Recientemente, además de los desastres naturales y tecnológicos, los niños pequeños están expuestos a la necesidad de simulacros de disparos activos y preparación para pandemias. Tennessee está en riesgo específico de inundaciones, tornados y terremotos. Durante un grupo de enfoque de 2020 realizado por AIMHiTN, los directores de cuidado infantil y el personal de Recursos y referencias de cuidado infantil compartieron preocupaciones sobre otros eventos de emergencia que podrían afectar a los niños pequeños, incluidos incendios, fugas de gas, la muerte de un niño, padre o personal de cuidado infantil, secuestro de niños y respuesta a sospechas de abuso infantil o violencia en el sitio de cuidado infantil.

Organización del kit de herramientas

Este conjunto de herramientas se divide en tres secciones sobre (1) preparación para emergencias, (2) respuesta ante emergencias y (3) recuperación ante emergencias. Cada sección se enfoca en las necesidades relacionales tempranas de los bebés, niños pequeños y sus familias. Los recursos por tipo de desastre se proporcionan al final del conjunto de herramientas.

Las relaciones son clave para apoyar el desarrollo emocional

Un mensaje principal de este conjunto de herramientas es que las relaciones son cruciales para apoyar el desarrollo saludable y la salud relacional temprana de los bebés y niños pequeños. Si bien la importancia de las relaciones no termina con la niñez, es durante este tiempo que los niños dependen de las relaciones para mantenerse a salvo, aprender a jugar y amar, y aprender sobre su mundo.

Los niños también necesitan relaciones con adultos que los apoyen en el manejo de sus emociones. Como saben los cuidadores y los profesionales que trabajan con niños, los bebés y los niños pequeños vienen con grandes sentimientos que no pueden manejar por sí mismos. Los niños aprenden a comprender, expresar y manejar sus sentimientos y comportamientos a través de interacciones cálidas y de apoyo con los adultos. El tipo de apoyo que requieren los niños depende de su edad de desarrollo. (Murray, et al., 2014).

Por ejemplo:

Un bebé que llora necesita que un adulto lo calme abrazándolo y meciéndolo.

Un niño pequeño que llora porque quiere el juguete de su amigo, necesita que un adulto lo escuche con calma, valide su impaciencia y frustración y lo ayude a encontrar otra actividad.



TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Consideraciones clave para la regulación emocional durante situaciones de emergencia

Cuando los adultos son capaces de tolerar, proporcionar consuelo y estar con los niños cuando experimentan grandes sentimientos, los niños aprenden que los sentimientos se pueden controlar (Cassidy et al., 2017). Los niños que reciben apoyo con las emociones en una etapa temprana de la vida son más capaces de hacer frente a las emociones por sí mismos y pedir ayuda cuando la necesitan entre los 3 ½ y los 5 años (ZERO TO THREE, 2016).

- Tanto las relaciones como las emociones pueden verse desafiadas durante una emergencia.
- Tanto los niños como los adultos experimentan sentimientos intensos como el miedo o la impotencia durante las emergencias.
- Los niños, adultos y profesionales que han estado expuestos a experiencias adversas en sus primeros años de vida pueden tener mayores dificultades para manejar y sobrellevar una emergencia.
- Todos los niños, debido a su etapa temprana en la vida, requerirán un apoyo adicional con la regulación emocional durante los momentos de estrés.



TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Cómo PREPARARSE para emergencias usando un Enfoque relacional temprano

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES

Como proveedor de cuidado infantil que apoya el desarrollo social y emocional de bebés y niños pequeños, ya está dando los primeros pasos en la preparación para desastres. Cuando ocurre un desastre, todos los niños se ven afectados. Incluso cuando son demasiado pequeños para comprender, experimentan la ansiedad y el estrés de los adultos que los rodean y los cambios que se producen. Si bien los adultos no pueden proteger y proteger completamente a los niños cuando suceden cosas malas, los cuidadores pueden prepararse con anticipación para garantizar que los resultados de los niños sean lo mejor posible. Además de estar preparado con planes de preparación para emergencias apropiados para el desarrollo para la seguridad, es crucial desarrollar y mantener relaciones seguras, estables y de apoyo.

“Cómo eres es tan importante como lo que haces” para marcar la diferencia para los bebés, los niños pequeños y sus familias” (Pawl & St. John, 1998).

Los profesionales de la salud mental infantil a menudo citan esta cita para enfatizar la importancia de la forma de “ser” de un profesional al relacionarse con un bebé o un niño pequeño. “Cómo eres” en tu relación con los niños les brinda una base sólida y sirve como un factor de protección después de los desastres.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

tabla 1

COMO ESTAS

Intentas ser...

ENFOCADO EN LA RELACIÓN

Sabes que los niños crecen y se desarrollan en el contexto de las relaciones y que tus relaciones con los niños son clave para su desarrollo y bienestar. Trabaja en estrecha colaboración con los padres y cuidadores de los niños, sabiendo que mantener la comunicación y las relaciones positivas con las familias de los niños es una parte importante de su función.

TOTALMENTE PRESENTE

Como profesional ocupado, se esfuerza por ser plenamente consciente de lo que sucede a su alrededor, manteniendo su atención enfocada en el niño, los niños o la familia que está allí. Trabajas para mantener tu atención en el momento presente y en la relación.

Para obtener más información sobre la atención plena en la primera infancia, consulte el recurso <https://www.zerotothree.org/?s=mindfulness%20in%20early%20childhood> de ZERO TO THREE y https://www.naeyc.org/resources/pubs/yc/mar2018/rock_and_roll de NAEYC.

EMOCIONALMENTE DISPONIBLE

Te esfuerzas no solo por estar presente, sino también por ser consciente de tus sentimientos y los de los demás. Cuando los bebés y los niños pequeños se ven abrumados por grandes sentimientos, usted se esfuerza por apoyarlos sin minimizar ni negar sus experiencias emocionales.

Este video del programa Circle of Security International describe "estar con" las emociones de los niños. El video está dirigido a los padres, pero el concepto también se aplica a los proveedores de cuidado infantil. <https://youtu.be/Vy3EwAQ0lwo>

Usted comprende la importancia de la seguridad tanto emocional como física. Usted, como proveedor de cuidado infantil, crea un entorno de apoyo en el que los niños saben que sus necesidades serán satisfechas. Esto les ayuda a sentirse seguros y confiados y listos para explorar y aprender.

SEGURO

Este video del programa Circle of Security International describe cómo los niños usan a los adultos como bases seguras desde las cuales pueden explorar. El video explica por qué es tan importante que los proveedores de cuidado infantil se esfuercen por comprometerse a conectarse con los niños a su cuidado. <https://youtu.be/1wpz8m0BFM8>

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Tabla 1 Continuación

COMO ESTAS	Intentas ser...
	<p>Nota cuando se siente frustrado por el comportamiento de un niño o un adulto y hace una pausa para pensar en formas alternativas de responder. Buscas entender lo que un niño (o adulto) está comunicando cuando muestra comportamientos socialmente inapropiados o negativos. Comprender el comportamiento de los niños significa que usted está informado sobre el desarrollo, culturalmente consciente y sensible al trauma.</p> <p>Estos videos de la Oficina de la Primera Infancia de Connecticut describen cómo los proveedores de cuidado de la primera infancia pueden reflexionar sobre sus reacciones ante el comportamiento de los niños, así como diferentes formas de comprender los comportamientos desafiantes de los niños pequeños.</p>
RESPONSIVO EN LUGAR DE REACTIVO	<p>Practique la pausa: todos se sienten frustrados o reactivos a veces. Es importante usar habilidades que te ayuden a regular: "Practica la pausa". Esta es una gran actividad para que el proveedor de cuidado infantil practique con sus hijos y familias. Para regularte, intenta respirar profundamente o hacer otra cosa para controlar tus emociones.</p> <p>Aviso: ¿Qué estás pensando? ¿Que estás sintiendo? Hablar con alguien sobre sus sentimientos podría ser útil. Todo el mundo necesita ayuda a veces.</p> <p>Considere la situación o la otra persona. ¿Qué podrían estar pensando y sintiendo? Decide cómo quieres responder. ¿Qué será más útil en esta situación? Verifique: ¿Se está comportando de una manera que le gustaría que la otra persona (o los niños) imitaran?</p>
CULTURALMENTE RESPONSABLE	<p>Reconoce que los niños (y los adultos) crecen y se desarrollan en el contexto de sus familias, comunidades y culturas. Eres consciente de ti mismo y examinas tu propia identidad cultural y juicios iniciales, entendiendo que es más probable que ciertos niños sean castigados en base a suposiciones asociadas con la raza y el género en lugar del comportamiento real de los niños (Gilliam, 2005). Reconoce la identidad única de cada niño, celebrando a cada niño y sus fortalezas familiares y culturales. Trabaja con las familias para aprender sobre sus esperanzas y sueños para sus hijos y brinda oportunidades individualizadas para ayudar a cada niño a tener éxito.</p> <p>Para obtener más información sobre el cuidado culturalmente receptivo, consulte las Seis prácticas esenciales del programa para el cuidado basado en la relación del Programa para el cuidado de bebés y niños pequeños (PITC, por sus siglas en inglés).</p>

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Tabla 1 Continuación

COMO ESTAS

Intentas ser...

PARTICIPADO EN CUIDADO PROPIO Y ABIERTO A LOS DEMÁS BRINDANDO APOYO CUANDO NECESARIO (ATENCIÓN COMUNITARIA)

Para estar centrado en las relaciones, totalmente presente, emocionalmente disponible, seguro y receptivo, en lugar de reactivo, se deben satisfacer sus propias necesidades. Buscas consejo o consulta reflexiva con regularidad. Practicas el autocuidado, apoyas a los demás y permites que otros te brinden apoyo. Esto le permite estar disponible para satisfacer las necesidades de los niños y las familias con quienes trabaja.

Desarrollando su plan de desastre:

Conocer los requisitos de planificación de desastres y los recursos disponibles de Tennessee

Conectarse con los recursos de desastres antes de que los necesite lo ayudará a informar y alentar la planificación de desastres para las familias a las que sirve. El estado de Tennessee tiene múltiples agencias y recursos para apoyar la planificación y respuesta ante desastres.

Departamento de Servicios Humanos de Tennessee (TDHS). TDHS proporciona herramientas y plantillas para que los centros de cuidado infantil cumplan con los requisitos del plan de preparación para emergencias, que incluyen:

Desplácese hacia abajo hasta: Preparación de programas de cuidado infantil para emergencias: un enfoque de seis pasos

Desplácese hacia abajo hasta el plan de preparación para emergencias de los servicios de cuidado infantil de TDHS y hasta "recursos adicionales": plantilla del plan de preparación para emergencias de la agencia de cuidado infantil.

Los evaluadores del programa de licencias de TDHS están disponibles para revisar y monitorear los planes de preparación.

Red de Recursos y Referencias de Cuidado Infantil de Tennessee (CCR&R). Los entrenadores de CCR&R de Tennessee prestan servicios en los 95 condados y brindan capacitación, que incluye RCP/primeros auxilios y preparación para emergencias, así como asistencia técnica para apoyar el cuidado infantil de alta calidad.

Alianza de Capacitación para la Primera Infancia de Tennessee (TECTA). TECTA, con 8 sitios en colegios y universidades en todo Tennessee, apoya a los proveedores de cuidado infantil con desarrollo profesional y oportunidades de avance.

Red de apoyo para desastres de Tennessee (TDSN). TDSN, un recurso basado en la web del Departamento de Salud de TN, enlaces a recursos para usar antes, durante y después de un desastre con un enfoque en responder a las personas con necesidades especiales.

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Agencia de Manejo de Emergencias de Tennessee (TEMA). A través de las oficinas regionales, TEMA, una agencia del Departamento Militar de TN, se coordina con las partes interesadas para la preparación, respuesta y recuperación ante desastres en Tennessee. El sitio web proporciona recursos, información de contacto regional e información actualizada sobre emergencias en todo el estado.

Las relaciones son tan importantes como los recursos. Los niños se desarrollan y prosperan en las relaciones y dependen de los demás para satisfacer sus necesidades. Esto también se aplica a los adultos, especialmente en situaciones de desastre. Las comunidades de apoyo, los recursos accesibles y las relaciones sólidas son factores asociados con la recuperación posterior a un desastre. Por lo tanto, formar relaciones de apoyo y de trabajo con compañeros y profesionales es una parte importante de la preparación que conduce a una respuesta eficaz ante desastres. Alentar a las familias a participar en eventos de preparación para desastres con miembros de la comunidad puede ayudar a desarrollar mejores relaciones.

Se requiere una comunicación continua para garantizar que el sitio de reubicación sea apropiado, esté disponible y abierto para garantizar que los planes de desastre se puedan llevar a cabo en caso de una emergencia.

En la práctica



Como parte de su plan de lección de ayudante comunitario para su salón de clases de 3 años, invite a un oficial de policía de su distrito local para que venga a hablar con los niños. Cinco meses después hay un altercado entre dos padres en tu estacionamiento y llamas a la policía. Esta es la primera vez que ha tenido que hacer algo así en su centro, y está nervioso porque no está seguro de si llamar a la policía fue la mejor respuesta. Te sientes aliviado cuando reconoces que el oficial de policía que habló con tu clase llega a la escena.

Familiarizarse y conectarse con los recursos para desastres incluso antes de que los necesite lo preparará para una acción inmediata, eficiente y efectiva. El estado de Tennessee tiene múltiples agencias y recursos para apoyar la planificación y respuesta ante desastres.



Desarrollando su plan de desastre:

Recursos de preparación, respuesta y recuperación

Muchas organizaciones gubernamentales y profesionales de renombre han creado juegos de herramientas para apoyar emergencias.

preparación, respuesta y recuperación. Estos recursos ofrecen folletos y páginas de actividades para niños que pueden ser copiados y archivados para que estén disponibles durante una emergencia.

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) desarrollaron Caring for Children in Disasters. Si bien este sitio web no se enfoca específicamente en bebés y niños pequeños, brinda información general relacionada con la preparación, respuesta y recuperación, información específica sobre niños con necesidades especiales y una colección de sitios web para maestros y proveedores de cuidado infantil.

Child Care Aware® of America es una organización nacional que brinda apoyo a las agencias de recursos y referencias de cuidado infantil y ofrece recursos específicos de cuidado infantil para la preparación y respuesta ante emergencias para una variedad de tipos de emergencias/desastres.

Ready Kids de FEMA, que incluye Ready Educators and Organizations, y Ready Families proporciona recursos y enlaces para apoyar la preparación, respuesta y recuperación ante desastres. Este recurso ofrece información general y no es específico para bebés y niños pequeños. Sí incluye Prepárate con Pedro, un libro de actividades para niños de 5 a 8 años.

La Asociación Nacional para la Educación de Niños Pequeños (NAEYC) tiene recursos para ayudar a los educadores de niños pequeños a apoyar a los niños y las familias antes, durante y después de un desastre e incluye información específica para la planificación de desastres en el cuidado infantil.

La Red Nacional de Estrés Traumático Infantil (NCTSN, por sus siglas en inglés) es líder en el desarrollo de recursos e intervenciones informados sobre el trauma. NCTSN desarrolló la aplicación móvil para desastres, Help Kids Cope, que se puede descargar en dispositivos Apple o Android. Aunque la aplicación no se enfoca exclusivamente en bebés y niños pequeños, ayuda a los adultos (incluidos los padres y los proveedores de cuidado infantil) a apoyar a los niños de todas las edades antes, durante y después de una variedad de desastres.

La Oficina Federal de Preparación y Respuesta ante Emergencias de Servicios Humanos tiene un sitio web dedicado específicamente a las necesidades de los proveedores de educación de la primera infancia durante las fases de preparación, respuesta y recuperación de una variedad de desastres. Incluye enlaces a recursos relacionados con el cuidado infantil a través de FEMA y la Oficina Nacional de Head Start.



Save the Children brinda información sobre preparación, respuesta y recuperación ante desastres a padres y proveedores de servicios para la primera infancia. La información general, incluida la Lista de verificación de desastres para proveedores de cuidado infantil, está disponible, así como los recursos específicos para desastres.

Sesame Street desarrolló Manejo de emergencias para niños y adultos durante las fases de preparación y recuperación de emergencias. Además de información para adultos, manejo de emergencias tiene videos, historias y libros de trabajo para niños pequeños. Los materiales específicos de preparación están disponibles en el sitio web de preparación para emergencias de Sesame Street, Preparémonos.

ZERO TO THREE (ZTT) es una organización nacional enfocada específicamente en bebés, niños pequeños y sus familias. En asociación con Save the Children, ZTT desarrolló Shelter from the Storm: Resources for Early Care and Education Professions para ayudar a los proveedores a satisfacer las necesidades sociales y emocionales de los niños pequeños antes, durante y después de un desastre. Este recurso está disponible en inglés y español y tiene una guía complementaria para padres.



TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

La preparación para emergencias comienza en la admisión

La información recopilada de los padres o cuidadores sobre las experiencias de los niños ayuda a los proveedores de cuidado infantil a responder a las necesidades de los niños y comprender el significado del comportamiento. Esta información puede ser especialmente importante para comprender las respuestas de los niños a las emergencias cuando pueden recordar experiencias negativas anteriores.

Las preguntas sobre la configuración y las relaciones familiares, los problemas de custodia y/o las órdenes de restricción prepararán al personal de cuidado infantil para las situaciones difíciles que puedan surgir. Muchos proveedores de cuidado infantil informan al menos una experiencia de sorpresa cuando uno de los cuidadores está incapacitado al llegar a recoger a un niño. Al revisar las políticas de liberación de su centro, es útil tener conversaciones abiertas sobre estos temas.

Esta información es crucial en la preparación para un posible desastre. La admisión también es un buen momento para comenzar a evaluar la preparación de las familias para emergencias.

La admisión también es el momento de educar y preparar a los cuidadores sobre el plan de respuesta ante emergencias de su centro. Los cuidadores necesitan información sobre notificaciones de emergencia, sitios de reubicación y procedimientos para la reunificación. Es importante revisar el manual para padres y permitir que los cuidadores hagan preguntas, no solo durante la admisión sino también durante todo el año.

Ejemplo: los boletines para padres se pueden usar para transmitir esta información en momentos en que es más probable que ocurran desastres (por ejemplo, marzo, el comienzo de la temporada de tornados en Tennessee).



Consejos para hablar de temas delicados

Puede parecer intrusivo hacer preguntas a los padres sobre su vida personal. Sin embargo, la información detallada respalda su capacidad para brindar servicios de cuidado infantil de alta calidad. Los padres pueden optar por no proporcionar

la información. Incluso cuando este es el caso, hacer las preguntas puede influir en ellos para compartir información en un momento posterior.

Al discutir temas delicados, puede ser útil tener en cuenta lo siguiente:

Incluya preguntas estándar en un paquete de admisión o entrevista, para que las familias no se sientan destacadas, como puede suceder cuando las preguntas solo se hacen después de que se identifica que un niño tiene un comportamiento desafiante.

El objetivo de hacer estas preguntas es comprender al niño en su totalidad. Es importante preguntar sobre las fortalezas y valores de la familia, así como sobre las experiencias negativas.

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Ejemplos de preguntas para incluir en el paquete de admisión para la práctica de cuidado infantil basada en relaciones y sensible al trauma:

Se incluyen muchas preguntas útiles en el Formulario de muestra de solicitud para niños del DHS.

(Nota: estas son preguntas de muestra. Puede ser útil para su personal tener discusiones sobre qué preguntas le gustaría agregar o crear sus propias preguntas).

Preguntas sobre la familia, la comunidad y la cultura:

¿Quién vive en casa con su hijo? (Esto puede incluir familiares y amigos que se quedan en su casa periódicamente, así como las mascotas de su hijo).

¿Quiénes son otras personas fuera de su hogar que ayudan a cuidar a su hijo?

¿Cómo disciplinas a tu hijo? (Por ejemplo, ¿utiliza la disciplina física, el tiempo fuera, la eliminación de privilegios, las recompensas por comportamientos positivos...?)

¿Ha asistido su hijo a una guardería en el pasado? ¿Qué le gustó a usted o a su hijo de esa guardería? ¿Hubo algo que a usted o a su hijo no le gustó de ese cuidado de niños?

¿Cómo describiría la cultura de su familia?

¿Cuáles son las tradiciones/rutinas especiales en su familia?

Preguntas sobre las emociones y el temperamento del niño:

¿Qué cinco palabras usaría para describir a su hijo?

¿Cómo saber si tu hijo es feliz? ¿Qué hace feliz a tu hijo?

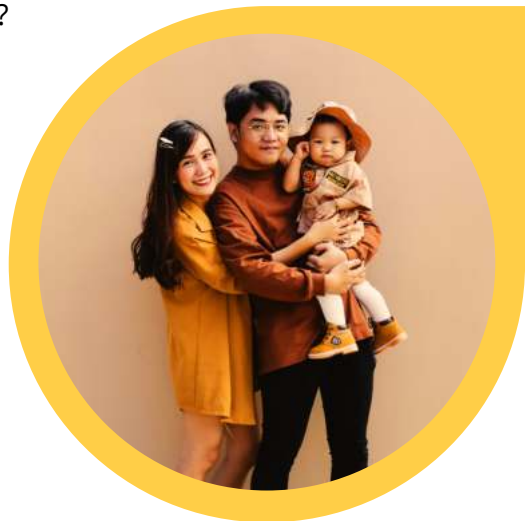
¿Cómo saber si tu hijo está triste? ¿Qué pone triste a su hijo?

¿Cómo saber si tu hijo tiene miedo? ¿Qué asusta a su hijo?

¿Cómo saber si su hijo está enojado? ¿Qué hace enojar a nuestro hijo?

¿Cómo saber si su hijo está frustrado? ¿Qué hace que su hijo se sienta frustrado?

¿Qué ayuda a calmar a su hijo?



- ¿Tiene su hijo una manta de seguridad especial, un animal de peluche o algo más que lo consuele?
- ¿Qué tiene de especial/único su hijo?
- Preguntas sobre eventos que pueden haber afectado a su hijo:
- ¿Su hijo ha experimentado la muerte de alguien cercano a él?
- ¿Alguna vez su hijo ha estado separado de usted por un largo período de tiempo debido a cambios en la custodia, participación en el bienestar infantil o cualquier otra razón?
- ¿Su hijo ha visto o escuchado violencia en su hogar?
- ¿Ha visto u oído su hijo violencia en la comunidad?
- ¿Ha habido eventos negativos en el pasado que hayan afectado a su hijo (por ejemplo, un accidente automovilístico o un desastre natural)?
- ¿Ha habido cambios recientes en su familia o en la vida de su hijo? Por favor, manténganos informados de cualquier evento que pueda afectar a su hijo.



Preparación para la respuesta de emergencia:

Teniendo en cuenta las experiencias adversas en la infancia y los desastres

Varias de las preguntas anteriores se refieren a experiencias adversas tempranas. Las Experiencias Adversas en la Infancia (ACE) se reconocieron por primera vez en 1995 en un estudio de investigación innovador realizado por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) y Kaiser Permanente (Felitti, et al., 1998). El estudio original mostró que los niños menores de 18 años que habían estado expuestos a un evento traumático o estresante, como la exposición a la violencia doméstica, el abuso físico o sexual, o la negligencia que a menudo ocurre en un hogar con problemas de drogas o alcohol, tienen un riesgo significativamente mayor en la edad adulta de padecer enfermedades crónicas (cáncer, diabetes, enfermedades cardíacas), problemas de salud mental (depresión, ansiedad, TEPT), conductas de riesgo (embarazos precoces, VIH, enfermedades de transmisión sexual, abuso de alcohol o drogas) o muerte prematura.

Los niños que han experimentado adversidades en la primera infancia a menudo son menos capaces de hacer frente a las adversidades posteriores y pueden verse más afectados negativamente por un desastre.

A medida que aumenta la cantidad de ACE que experimenta un niño, también aumenta la probabilidad de resultados negativos para la salud y el comportamiento. Los desastres, ya sean naturales o tecnológicos ("provocados por el hombre"), pueden ser extremadamente estresantes y traumáticos para los niños pequeños y sus cuidadores, y el impacto en los niños pequeños depende del apoyo y la protección que brinden sus padres o cuidadores. Cuando ocurre un desastre importante, los niños y las familias pueden experimentar muchas pérdidas, que van desde la pérdida de la vivienda hasta la pérdida de un familiar cercano, un amigo o una mascota.

También pueden experimentar pérdidas más globales, como cambios en las rutinas de la comunidad y lugares familiares para los niños. Debido a la naturaleza impredecible de los desastres, los niños pueden experimentar ansiedad, lo que puede contribuir a las ACE y a posibles impactos a largo plazo en la salud y el bienestar del niño. Conocer el historial de experiencias infantiles adversas de un niño le proporciona información que es importante para comprender y construir una relación con ese niño. Con esta información, puede desarrollar planes individualizados para apoyar al niño afectado por un desastre.

Para obtener más información sobre las experiencias adversas en la infancia y el cerebro en desarrollo:

Los ACE de TCCY desarrollan cerebros fuertes Tennessee

Centro de Harvard para el Niño en Desarrollo



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

En la práctica



Como director del centro, usted sigue los requisitos de preparación para emergencias de las instalaciones de cuidado infantil de Tennessee y realiza simulacros de incendio mensuales. Usted sabe que muchos de los niños pequeños tienen dificultad con los simulacros de incendio y lloran cuando escuchan el ruido fuerte. Sally, de dieciocho meses, es una niña nueva en su centro. La trajo su abuela, quien obtuvo su custodia después del arresto de su madre. La abuela compartió la información de que este no era el primer arresto de la madre de Sally.

Después de un simulacro de incendio, notó que Sally lloraba como los otros niños, pero que le costaba calmarse cuando el proveedor la abrazaba y estuvo pegajosa y llorosa por el resto del día. Usted notó que este patrón se repetía después de los próximos dos simulacros de incendio.

Te preguntas acerca de la respuesta de Sally. Aunque no está seguro, cree que puede estar reaccionando a la fuerte alarma y se pregunta si, debido a sus experiencias, le cuesta calmarse después de eventos estresantes. También te preguntas si la alarma contra incendios le recuerda a las sirenas de la policía. Tome nota de esto en su plan de desastre para los niños que puedan necesitar atención especial.

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Apoyo a bebés y niños pequeños durante simulacros de desastre

El Plan de Preparación para Emergencias de la Agencia de Cuidado Infantil del DHS de Tennessee requiere que:

Los niños están preparados para emergencias a través de simulacros de incendio mensuales y otro simulacro de desastre realizado una vez cada seis meses.

Estos simulacros de desastre deben replicar las condiciones de una emergencia real.

Los simulacros de desastres pueden ser especialmente aterradores para los niños más pequeños que aún están aprendiendo la diferencia entre la fantasía y la realidad; sin embargo, si se llevan a cabo de manera apropiada para el desarrollo, los simulacros de emergencia pueden ayudar tanto a los niños como a los adultos a estar más preparados y sentirse más empoderados cuando hay una emergencia real. Las siguientes son consideraciones de desarrollo para los simulacros de desastres (Schonfeld et al., 2020).

Preparar a los niños para el simulacro ayuda a disminuir la probabilidad de angustia. Informe a los cuidadores sobre los simulacros para que puedan ayudar a preparar al niño. Los niños con retrasos en el desarrollo, discapacidades o antecedentes de trauma pueden requerir preparación adicional.

Como parte de la preparación para los simulacros, recuerde a los niños las habilidades de afrontamiento que les ha enseñado.

Sesame Street tiene videos para enseñar habilidades de afrontamiento. Por ejemplo, "Cómo abrazarse a uno mismo con Abby Cadabby".

Hágales saber a los niños que un simulacro no significa que haya una emergencia, sino que los simulacros son lo que hacen para aprender a estar seguros si hay una emergencia.

Hágales saber a los niños que las emergencias no suelen ocurrir y que el simulacro no significa que algo malo sucederá.

- Al realizar simulacros, concéntrese en el hecho de que los niños están aprendiendo a estar seguros en lugar de centrarse en el peligro del evento.
- Esté atento a los niños que se molestan por el simulacro, colocando las necesidades actuales de los niños antes del simulacro.
- Elogie a los niños por seguir instrucciones.
- Escuche y observe a los niños para saber cómo se sienten y qué entienden sobre la situación.
- Hable con los niños después del simulacro sobre lo que sucedió. Ayude a los niños a desarrollar empatía por los demás al normalizar las reacciones naturales de miedo de los niños durante el simulacro.
-
- Las historias sociales (historias que ayudan a los niños a comprender las expectativas de situaciones específicas) se pueden usar para preparar a los niños tanto para simulacros de emergencia como para emergencias reales. Estas historias usan un lenguaje claro y simple para describir una situación social y comportamientos esperados o apropiados.
-
- El Centro de Fundamentos Sociales y Emocionales para el Aprendizaje Temprano proporciona más información sobre historias sociales.
- Conscious Discipline desarrolló actividades y una historia social para ayudar a los niños a sobrellevar el miedo.
- El Instituto para la Preparación Infantil desarrolló historias sociales para simulacros de incendio y tornado. Puede leer estas historias directamente, usarlas como plantillas para adaptarse mejor a sus propios simulacros de incendio y tornado, o usarlas como plantillas para otros tipos de simulacros de emergencia.

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Cómo RESPONDER a las Emergencias Uso de un enfoque relacional temprano

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES

El objetivo principal de la preparación y respuesta ante desastres es la seguridad. Gran parte de la planificación para casos de desastre se centra en la planificación concreta para la seguridad física. Por ejemplo, los planes de preparación para emergencias del TDHS incluyen información específica sobre la frecuencia de inspección de detectores de humo, rutas de evacuación y sitios de reubicación para maximizar la seguridad física si ocurre un desastre. Sin embargo, así como se debe abordar la seguridad física, el Estado de Tennessee también reconoce la importancia de la seguridad emocional.

Durante las emergencias, ya sean desastres a gran escala o eventos de crisis a menor escala, es natural que los adultos y los niños respondan con emociones fuertes. Estas emociones pueden ayudarlo a actuar rápidamente para garantizar su propia seguridad y la seguridad de quienes lo rodean. Sin embargo, es importante equilibrar este sentido de urgencia con emociones reguladas y una presencia "a cargo". Es su capacidad para mantener la calma, tomar el control y brindar apoyo lo que respaldará la salud mental de los bebés y niños pequeños durante las emergencias. Los bebés y los niños pequeños son excepcionalmente sensibles a la ansiedad y la preocupación de los adultos. Debido a que dependen y siguen el ejemplo de los adultos para saber cómo responder a los eventos que suceden a su alrededor, pueden ser aún más sensibles durante una crisis.



Las respuestas de los bebés y niños pequeños a las emergencias se determinan en gran medida al observar las respuestas y reacciones de sus padres y cuidadores. Ayudar a los cuidadores y padres a comprender sus propias respuestas a situaciones estresantes puede ayudarlos a alertar a los niños sobre una emergencia sin causar alarma.

El Plan de Preparación para Emergencias de TDHS requiere que el personal sea alertado de una emergencia sin alarmar a los niños.



Escanee para
ver recursos y
herramientas
relacionados

Consejos para apoyar a bebés y niños pequeños durante una respuesta de emergencia:

Para ayudar a los demás, primero debe asegurarse de que se ha cuidado a sí mismo. El adagio, “primero ponte la máscara de oxígeno”, habla del hecho de que si no te has cuidado a ti mismo, no puedes cuidar a los demás. Consulte con usted mismo. Haga una pausa y respire profundamente (o use cualquier estrategia que funcione para usted) para que pueda atender completamente sus propias necesidades y las de los niños.

Recuerde que ha habido mucha preparación para este evento inesperado. Hay un plan de respuesta de emergencia que guiará su respuesta.

Dé instrucciones claras que los niños puedan seguir.

Su tono de voz debe transmitir la seriedad de la situación al mismo tiempo que transmite su preocupación y preocupación.

Asegúreles a los bebés y niños pequeños que lo que está haciendo es para mantenerlos a salvo.

Este es un mensaje importante incluso si también le preocupa la seguridad.

Si es seguro, cante canciones, cuente historias y proporcione comodidad física.

Escuche y observe a los niños para aprender lo que entienden sobre la situación.

Poner palabras a experiencias y sentimientos atemorizantes, abrumadores o confusos es útil para todos, incluidos los bebés y los niños pequeños. Use un lenguaje simple y apropiado para el nivel de desarrollo para proporcionar información básica pero precisa sobre lo que está sucediendo y lo que está haciendo.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Tabla 2

COMO ESTAS	Intentas ser...
ENFOCADO EN LA RELACIÓN	Recuerde que los niños entienden y responden a las emergencias en función de su respuesta. Su protección y forma de relacionarse afectará la forma en que los niños se enfrentan a la emergencia y cómo se recuperan después de que termine la emergencia. Busca reunir a los niños con sus familias lo antes posible.
TOTALMENTE PRESENTE	Eres consciente de la situación y las necesidades de los niños y las familias.
EMOCIONALMENTE DISPONIBLE	Notas tu propia respuesta emocional primero. Usted se verifica a sí mismo y maneja su propia reacción emocional para que pueda estar listo para responder a las necesidades emocionales de los niños y las familias a las que sirve.
SEGURO	Te enfocas en la seguridad física mientras recuerdas la importancia de la seguridad emocional. Tu tono transmite urgencia y calidez. Hablas con los niños (y sus padres) de una manera que les hace saber que estás trabajando para protegerlos.
RESPONSIVO EN LUGAR DE REACTIVO	Comprende que los niños (y los adultos) pueden no reaccionar como usted esperaría o desearía y que sus reacciones pueden estar basadas en sus experiencias previas. Cuando te sientes frustrado o confundido por un comportamiento, recuerdas que el comportamiento comunica una necesidad. Con este entendimiento, usted responde de una manera que garantizará la seguridad.
CULTURALMENTE RESPONSABLE	Reconoce que las respuestas al desastre están determinadas, en parte, por la cultura del niño y la familia. Mientras garantiza la seguridad, se enfoca en las necesidades únicas de cada niño y familia.
PARTICIPADO EN AUTOCUIDADO Y ATENCIÓN COMUNITARIA	Reconoce que también está experimentando una emergencia y que su propio bienestar físico y emocional es importante. Haces lo que tienes que hacer para cuidarte a ti mismo, apoyar a los demás y permitir que otros te apoyen.

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados



Usted es el director de un salón de clases para bebés durante un incidente con un tirador activo. Cuando escucha que su director pide "bloqueo" por el intercomunicador, cierra y bloquea su puerta. Estás aterrorizado; miras a tu co-profesor que también parece aterrorizado. Eres consciente de que aunque los bebés no entienden lo que está pasando, entienden el tono de tu voz. Respira hondo lentamente y le dice a su co-maestro: "No puedo creer que esto esté sucediendo".

Ambos comienzan a alejar a los niños de puertas y ventanas. Basado en su entrenamiento, tiene la práctica de hablar con los niños y siempre les dice a los bebés lo que está haciendo cuando los carga. Al levantar a cada niño, susurra: "No es seguro; vamos a sentarnos todos juntos". Te sientas en medio de la habitación, recuerdas silenciar tu teléfono celular y tarareas en voz baja mientras meces a los niños.

Qué esperar de los bebés y niños pequeños durante una emergencia

No existe una sola forma en que los adultos o los niños respondan a una crisis. La respuesta de un niño dependerá de su temperamento, sus experiencias previas y las respuestas de los adultos que lo rodean. Como siempre, los niños demostrarán sus necesidades a través del comportamiento y, como cuidadores, es importante comprender el significado de este comportamiento. Sin embargo, durante una crisis, cuando las emociones de los adultos se activan fuertemente, puede ser difícil reducir la velocidad para considerar las necesidades de un niño. Un proveedor puede determinar fácilmente cómo responder a un niño que parece asustado o indica que desea que lo carguen, pero algunos comportamientos son más difíciles de interpretar. La siguiente lista describe las reacciones que pueden observarse durante una emergencia. Tenga en cuenta que esta lista está destinada a promover el pensamiento sobre el posible significado del comportamiento de los niños. Todos los niños son diferentes y el comportamiento tiene diferentes significados según la situación y el niño. Es importante recordar que los niños no eligen involucrarse en comportamientos desafiantes. Durante las emergencias, el comportamiento suele ser una respuesta refleja al peligro. Para los niños que han estado expuestos previamente a traumas, el comportamiento puede basarse en cómo sus cerebros y cuerpos han aprendido a responder a situaciones difíciles.

Hiperactividad. Un niño que muestra una actividad excesiva durante una emergencia puede estar mostrando una respuesta natural de "lucha o huida" al miedo.

Incumplimiento/Negativa a mudarse. Un niño que no sigue las instrucciones para ponerse en fila puede estar mostrando una respuesta natural de "congelación" al miedo.

Mirar al vacío/Ignorar direcciones. Algunos niños responden al trauma desconectándose del evento angustioso. Esta puede ser su forma de responder al miedo.



Tontería/Risas. Cuando los cuerpos de los niños se activan por el estrés, pueden adoptar un comportamiento que parece juguetón y no apropiado para la situación. La tontería puede ser la forma en que un niño descarga energía excesiva cuando está asustado.

Avanzando hacia el peligro. La mayoría de los niños y adultos se alejan del peligro; sin embargo, algunos parecen buscar el peligro. Estos pueden ser niños que son propensos a los accidentes. Si bien este comportamiento es lo contrario de lo que se espera, puede representar otra respuesta al miedo y, como todos los demás, demuestra que el niño necesita que el adulto lo mantenga a salvo.

Apareciendo imperturbable. Algunos niños que no parecen angustiados pueden estar más molestos de lo que parecen. Los investigadores han descubierto que un subconjunto de niños ha aprendido a lidiar con situaciones estresantes al no parecer angustiados, aunque su miedo es evidente en función de su respuesta física (por ejemplo, frecuencia cardíaca elevada) (Gander & Buchheim, 2015).

Algunos niños con temperamentos flexibles pueden tener respuestas mínimas a las emergencias. Es importante que los proveedores no pasen por alto a estos niños, ya que todos los niños necesitan apoyo, comunicación y seguridad. También es útil recordar que es poco probable que los niños respondan de la misma manera que los adultos. Específicamente, se puede describir a los niños como personas que tienen períodos cortos de atención emocional. Es más probable que muestren muchas emociones: positivas, neutras y negativas. También pueden volver a jugar incluso durante eventos estresantes. Esto no significa que no estén afectados por la crisis, pero es una señal del impulso de los niños hacia un desarrollo positivo.

Consejos para la evacuación y reubicación

Los niños se sienten seguros cuando están con adultos conocidos. Si hay una evacuación, es importante que los proveedores de cuidado infantil permanezcan con su grupo y que los niños se reúnan con sus familias lo antes posible. Durante y después de desastres a gran escala, los voluntarios de emergencia pueden llegar para ayudar con bebés y niños en los lugares de refugio o reubicación. Idealmente, los sitios tendrán áreas de juego especiales para los niños. Asegúrese de que un adulto familiar se quede con los niños.

Además de mantener la proximidad con los cuidadores familiares, a los niños les irá mejor durante un desastre si, en la medida de lo posible, las rutinas y los objetos familiares están disponibles. Al preparar su kit de herramientas de emergencia para llevarlo con usted en caso de evacuación, querrá viajar lo más liviano posible y traer solo los artículos necesarios. Estos pueden incluir un botiquín de primeros auxilios, fórmula infantil, pañales y mantas. Empacar mantas que sean las mismas que el niño ya usa en el día a día ofrecerá consistencia y comodidad incluso en medio de un desastre. También es útil que los cuidadores proporcionen artículos para un kit de comodidad de emergencia que se puede llevar con cada niño en caso de evacuación. Los artículos en los kits de comodidad pueden incluir:

frazada

cambio de ropa

pequeño animal de peluche, libro o juguete

Foto familiar

nota reconfortante de los cuidadores que el proveedor puede leerle al niño.

Actividades apropiadas para la edad, como páginas para colorear y crayones, plastilina, cantar o contar historias,



Escanee para
ver recursos y
herramientas
relacionados

Si uno de los padres no puede proporcionar los artículos para un kit de comodidad, use los suministros en el sitio para asegurarse de que cada niño tenga su propio kit.

Recursos adicionales sobre evacuación y reubicación:

Child Care Prepare: Evacuación de emergencia para bebés y niños pequeños.

Notificación para padres

Las emergencias y los desastres están asociados con la falta de previsibilidad y control. La información fáctica sobre el evento y los próximos pasos es un mecanismo principal para disminuir el miedo. En ausencia de esta información, las personas a menudo asumen lo peor y pueden difundir información errónea. Debido a esto, la comunicación clara entre los adultos durante un desastre es de suma importancia.

El Plan de Preparación para Emergencias de TDHS requiere un procedimiento por escrito para la notificación a los padres.

La plantilla del plan de preparación para emergencias de TDHS tiene un formulario de muestra para la información de contacto de emergencia de los padres/tutores. Se sugiere que el formulario se actualice después de la inscripción de cada nuevo niño y durante las revisiones mensuales del plan de emergencia y se imprima cada vez que se agregue nueva información. Es importante tener información de contacto actualizada y completa (más de un número de teléfono si es posible) para los cuidadores y todos los demás contactos de emergencia. Save the Children recomienda tener un contacto de emergencia fuera del área local para cada niño en caso de que los servicios locales no estén operativos.

Los siguientes consejos respaldan la comunicación efectiva durante un desastre y pueden ser útiles para notificar a los cuidadores durante eventos de emergencia.

Brindar información básica de manera clara y concisa.

Espera repetirte. Es difícil asimilar y recordar información en tiempos de crisis.

Solo proporcione información veraz y precisa. Si no sabe la respuesta a una pregunta, infórmele a la persona que buscará la información y se comunicará con ella.

Cuando las personas tienen miedo, pueden arremeter con ira. Cuando haga llamadas de notificación a los cuidadores, espere que algunas personas le culpen o le griten. Sepa que esto no es su culpa.

Recuerda la importancia de "cómo eres". Esto es tan importante con los cuidadores como con los niños.

Se puede encontrar una muestra de un formulario de información de contacto de emergencia para padres/tutores en el sitio web del Departamento de Servicios Humanos de Tennessee.



Cómo apoyar RECUPERACIÓN Después de un desastre

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES

La importancia del cuidado de niños en la recuperación de desastres

Recuerde, los bebés y los niños pequeños crecen, se desarrollan y se recuperan a través de las relaciones con los adultos que los cuidan. Como parte de la comunidad de cuidado infantil, brinda servicios no solo al niño sino también a la familia de ese niño. Después de los desastres, es probable que interactúe con los cuidadores que están experimentando angustia y que buscarán su apoyo y recursos. Debido a la importancia que las familias le dan al cuidado de niños y debido a que las instalaciones de cuidado de niños pueden ser uno de los pocos servicios que funcionan después de desastres a gran escala, las familias se beneficiarán si los proveedores de cuidado de niños ofrecen información sobre la recuperación de los niños ante desastres. Sus interacciones positivas con los cuidadores ayudarán a apoyar las interacciones positivas con sus hijos.

Después de un desastre en toda la comunidad, es probable que los niños, las familias y los proveedores de cuidado infantil se vean afectados y se recuperen. Cada uno puede estar lidiando con sus propias tensiones y preocupaciones. Por lo tanto, los servicios de recuperación deben considerar el estrés que también pueden estar experimentando los proveedores de cuidado infantil y el personal de apoyo.

Si bien este conjunto de herramientas se enfoca en la importancia de construir relaciones de apoyo entre los niños pequeños y los proveedores de cuidado infantil para ayudar a la recuperación después de un desastre, apoyar el bienestar de los niños requiere tener y reconstruir comunidades sólidas con recursos y apoyos adecuados que estén integrados en los entornos de cuidado infantil. La recuperación depende de una preparación previa que incluye no solo contar con los recursos adecuados, sino también relaciones preexistentes y formas de comunicarse entre sistemas (Murray et al., 2015). Cuando las comunidades son fuertes y brindan apoyo al cuidado infantil, los proveedores de cuidado infantil cuentan con los recursos internos y externos para satisfacer las necesidades de los niños y las familias.



Escanee para
ver recursos y
herramientas
relacionados

Conceptos clave en la respuesta al estrés/trauma

- Toda persona que haya estado involucrada en un desastre tendrá algún tipo de reacción emocional. Estas reacciones son esperables. Cuando las personas son amenazadas, reaccionan.
- Los adultos y los niños reaccionan al estrés y al trauma de manera diferente según su cultura y su edad/etapa de desarrollo.
- No todas las personas expuestas a un desastre o emergencia experimentarán problemas de salud mental.
-
- Los investigadores han identificado varios patrones de respuesta después de un trauma (Bonanno & Mancini, 2012; Masten & Obradovic; Tedeschi & Calhoun, 2004).
-
- Resiliencia
- La mayoría de las personas entran en esta categoría. Tienen una respuesta al desastre, pero esta respuesta no interfiere con su funcionamiento cotidiano. Así como tener una respuesta de estrés no significa que el individuo sea débil o haya fallado, la resiliencia no es una característica o el éxito del individuo. Más bien, las personas descritas como resilientes tienen factores de protección dentro de sí mismas, sus familias y sus comunidades.
- Respuesta normal y recuperación
 - Las personas con este patrón muestran una respuesta de estrés después del evento. La respuesta comienza a disminuir dentro de los meses posteriores al evento y se resuelve con el tiempo.
 - disfunción crónica
 - Las personas con este patrón tienen una respuesta severa después del desastre y los síntomas permanecen sin mejorar más de un año después del evento. Pocas personas tienen problemas crónicos. Para las personas que lo hacen, es importante la derivación a los servicios de salud mental.
 - Respuesta de inicio tardío
 - Este es otro patrón de respuesta que es raro aunque ocurre en un pequeño grupo de personas. Las personas con una respuesta tardía tienen algunos síntomas después del desastre y la

los síntomas se vuelven cada vez más severos más de un año después del evento. Las personas cuyos síntomas empeoran con el tiempo deben ser derivadas a los servicios de salud mental.



- Crecimiento postraumático
- El crecimiento postraumático ocurre cuando las personas que han experimentado un desastre u otro tipo de trauma muestran cambios positivos después del evento. Estos cambios pueden incluir:
 - Una mayor apreciación de la vida.
 - Relaciones más cercanas y significativas
 - Una sensación de mayor fuerza personal.
 - Habilidad para ver nuevas posibilidades.
 - Una vida espiritual más rica
- El crecimiento postraumático se ha descrito en niños mayores, adolescentes y adultos más que en niños pequeños que recién están desarrollando su comprensión del mundo y las relaciones y, por lo tanto, aún no pueden demostrar cambios en estas áreas. Para aquellos que experimentan un crecimiento postraumático, es posible experimentar este tipo de crecimiento junto con estrés postraumático u otros síntomas de salud mental.

El tipo de respuesta que tendrá un individuo después de un desastre depende de múltiples factores, incluidas las características del evento traumático, el individuo, la familia y otras relaciones, y la comunidad. Con factores de protección en cada una de estas áreas, los bebés y los niños pequeños tendrán más de los componentes necesarios para poder recuperarse y seguir adelante después de un desastre.

Tabla 3

	FACTORES PROTECTORES	FACTORES DE RIESGO
CARACTERÍSTICAS DEL DESASTRE	<ul style="list-style-type: none"> • Incidentes breves y únicos • Poco impacto personal basado en el evento. • No separado de los cuidadores • Sin percepción de amenaza o amenaza real para uno mismo o sus seres queridos • Trauma que ocurre dentro de las relaciones de cuidado (por ejemplo, violencia interpersonal) 	<ul style="list-style-type: none"> • Incidentes prolongados y repetidos • Impacto significativo y directo (p. ej., daños/pérdida de pertenencias o del hogar, rutinas diarias interrumpidas, pérdida del trabajo de los padres) • Separado de los cuidadores • Percepción de amenaza o amenaza real para uno mismo o sus seres queridos • Trauma fuera de las relaciones interpersonales (por ejemplo, violencia interpersonal)
CARACTERÍSTICAS DEL INDIVIDUO	<ul style="list-style-type: none"> • Sin exposición previa a traumas/desastres • Mayor edad para los niños que son más capaces de usar el lenguaje para dar sentido y han desarrollado habilidades de afrontamiento 	<ul style="list-style-type: none"> • Exposición previa a trauma/desastre • Edad más temprana, antes de que un niño pueda entender lo que está sucediendo o haya desarrollado habilidades de afrontamiento

Tabla 3 (continuación)

	FACTORES PROTECTORES	FACTORES DE RIESGO
CARACTERÍSTICAS DE LAS RELACIONES/ FAMILIA	<ul style="list-style-type: none"> • Respuesta adaptativa del cuidador al desastre • Relaciones cercanas de apego • Conexiones positivas entre los miembros de la familia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dificultad para funcionar del cuidador después del desastre • Falta de relaciones de apego seguro. • Relaciones conflictivas entre los miembros de la familia.
CARACTERÍSTICAS DE LA COMUNIDAD	<ul style="list-style-type: none"> • Fuertes redes sociales y comunitarias. • Fuertes apoyos culturales/espirituales • Ambiente de cuidado infantil positivo • Planificación de desastres y apoyos en el lugar cuidado de niños y comunidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Falta de comunidad y redes sociales. • Falta de apoyos culturales/espirituales • Falta de apoyo y recursos en el entorno de cuidado infantil. • Falta de planificación y apoyo para desastres en el cuidado infantil y la comunidad.

(Bonanno, Westphal y Mancini, 2011; Masten, 2015; Masten y Obradovic, 2008; Moore et al., 2016)

Reconocer las respuestas relacionadas con el estrés/trauma en bebés y niños pequeños

Conocer los signos de estrés y trauma que son comunes a diferentes edades puede ayudar a los proveedores de cuidado infantil a reconocer los problemas y responder adecuadamente. Los bebés y los niños pequeños responden al trauma, los desastres y las pérdidas de muchas maneras diferentes. Algunos pueden mostrar comportamientos desorganizados y desregulados, otros pueden retraerse y otros pueden reaccionar como si nada hubiera pasado. Algunos niños pueden mostrar estas reacciones poco después del evento, mientras que otros pueden parecer estar bien durante semanas o incluso meses y luego algún evento puede desencadenar ansiedad o comportamientos desregulados y problemáticos.

Al igual que durante el desastre mismo, algunos niños con temperamentos flexibles pueden tener respuestas mínimas a las emergencias. Es importante que los proveedores no pasen por alto a estos niños, ya que todos los niños necesitan apoyo, comunicación y tranquilidad después de haber experimentado una emergencia. Es útil recordar que los niños son pequeños adultos y muestran emociones de manera diferente. Específicamente, se puede describir a los niños como personas que tienen períodos cortos de atención a las emociones. Es más probable que se muevan de un lado a otro entre emociones positivas, neutrales y negativas y volverán a jugar incluso durante eventos estresantes. Esto no significa que no se vean afectados por la crisis, sino que es una señal del impulso de los niños hacia un desarrollo positivo.



Reconocer los síntomas de estrés o trauma requiere el conocimiento del comportamiento del niño antes del evento, ya que las respuestas relacionadas con el desastre generalmente representan un cambio en el comportamiento anterior del niño. De manera similar, es importante tener conocimiento del desarrollo típico para diferenciar el comportamiento apropiado para el desarrollo de las respuestas asociadas con el desastre.

Para obtener más información sobre los hitos típicos del desarrollo, consulte las Listas de verificación de hitos del desarrollo de los CDC. Estas listas de verificación describen los comportamientos típicos de los niños de 2, 4, 6, 9 y 18 meses y de 1, 2, 3, 4 y 5 años y lo ayudarán a diferenciar las respuestas al trauma entre los grupos de edad.

En la práctica



Sam es un niño de ocho meses que lleva cuatro meses en su centro. Hace varias semanas, la casa de su familia fue destruida por un incendio. Antes del incendio, Sam nunca tuvo dificultad para separarse de sus padres. Poco después del incendio, te das cuenta de que Sam ha comenzado a llorar cuando sus padres lo dejan. Te preguntas si esta es una respuesta traumática al fuego. También sabe que la ansiedad por separación suele comenzar entre los siete y los nueve meses de edad. Antes de asumir que el llanto es una respuesta relacionada con el trauma, busque más información.

Jessica es una niña de 24 meses que lleva un año y medio en su centro. ella siempre ha Mostró un temperamento flexible, pero durante el último mes notó que llora fácilmente y es agresiva con otros niños. Usted sabe que los niños de dos años aún no son capaces de controlar sus sentimientos y, a menudo, muestran frustración a través de la agresión, por lo que no le menciona el cambio a la madre de Jessica. Después de tres semanas, la agresividad de Jessica está empeorando y decides preguntarle a su madre si ha notado un cambio similar en el comportamiento en casa. La madre de Jessica responde que sí y dice: "Todos me advirtieron sobre los "terribles dos"; Estaba esperando esto." Continúas haciendo preguntas y la madre de Jessica te dice que la discusión entre ella y su esposo se volvió tan fuerte que un vecino llamó a la policía hace aproximadamente un mes. Ella dice que Jessica estaba dormida, así que no sabía lo que pasó. Te preguntas si el comportamiento de Jessica está relacionado con lo que está pasando en casa y dices: "Lo siento mucho. Parece que ha sido un momento difícil para todos. ¿Está bien si sigo comunicándome contigo y preguntándote cómo van las cosas en casa? Usted sabe que los niños son muy sensibles al estado de ánimo de sus cuidadores y más conscientes de su entorno de lo que a veces creen sus cuidadores. Decide buscar oportunidades para mantener conversaciones continuas con la madre de Jessica sobre cómo apoyar mejor a Jessica.



Escanee para
ver recursos y
herramientas
relacionados

Respuestas al estrés/trauma en bebés menores de un año

Los bebés muy pequeños menores de un año muestran angustia a través de sus cuerpos, por ejemplo, sobresaltándose con facilidad o sosteniendo sus cuerpos de una manera rígida y rígida. Los problemas para comer, dormir y eliminar son comunes después de un desastre.

A continuación hay una lista de posibles reacciones de estrés/trauma que se deben buscar en los bebés. Recuerde que un comportamiento puede tener muchos significados diferentes, y los elementos de la lista pueden ser signos de angustia después de un desastre. Sin embargo, antes de asumir una reacción traumática, considere otras posibilidades, como una enfermedad o un estado temporal (por ejemplo, ¿el bebé tiene sueño o hambre?). Si le preocupa la reacción de un bebé, es importante derivar a la familia a un profesional de salud mental infantil.

- Afecto triste o insulso
- falta de contacto visual
- falta de capacidad de respuesta
- Llanto intenso y prolongado
- Falta de respuesta al calmante
- Rechaza ser sostenido o tocado
- Prefiere "extraños" al cuidador familiar
- Rigidez muscular, inquietud, agitación, respuesta de sobresalto intenso
- Problemas de alimentación, sueño o eliminación.
- Pérdida de peso



Respuestas al estrés/trauma en niños pequeños

A los niños pequeños les resulta difícil adaptarse a los cambios, por eso es tan importante seguir las rutinas y escucharlos. Además, no entienden las implicaciones del desastre o la finalidad de la pérdida, pero saben que algo en su vida ha cambiado. Los niños pequeños aún no han desarrollado sus propias habilidades de afrontamiento y dependen de los adultos que los rodean, incluidos los proveedores de cuidado infantil, para ayudarlos en los momentos difíciles. Sus reacciones también dependerán del impacto del trauma en los cuidadores y los entornos.

Algunos comportamientos se observan comúnmente en niños muy pequeños después de un desastre u otros eventos traumáticos. La regresión a una etapa conductual anterior es común; un niño puede mojar la cama después de aprender a ir al baño o chuparse el dedo después de que este comportamiento haya cesado. Pueden mostrar una mayor ansiedad y miedo a los extraños, estar solos en la oscuridad, o imaginar "monstruos" en su habitación. También pueden volverse más apegados a un cuidador o proveedor mostrando ansiedad por separación cuando solían sentirse cómodos en un entorno. Es posible que no quieran salir de casa para ir a la guardería, preescolar u otros lugares de la comunidad. Otros cambios pueden incluir irritabilidad al comer, cambios en los hábitos de sueño, incluida la dificultad para conciliar el sueño o permanecer dormido. La desregulación de los comportamientos y las emociones también es común, incluidos los comportamientos agresivos o retraídos.

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para
ver recursos y
herramientas
relacionados

Experimentar un desastre también puede afectar el juego con un niño pequeño que repite el mismo juego una y otra vez. Los niños más pequeños tienden a tener una lente autoenfocada, por lo que pueden temer que algo que pensaron o hicieron causó que sucedieran cosas malas.

A continuación se describe una lista de posibles reacciones de estrés/trauma a buscar en los niños pequeños. Recuerde que un comportamiento puede tener muchos significados diferentes, y los elementos de la lista pueden ser signos de angustia después de un desastre. Sin embargo, antes de asumir una reacción traumática, considere otras posibilidades, como una enfermedad o un estado temporal (por ejemplo, ¿tiene el niño sueño o hambre?). Si le preocupa la reacción de un niño pequeño, es importante derivar a la familia a un profesional de la salud mental infantil o de la primera infancia.

- Afecto triste o insulso
- Llorando, gimiendo, gritando
- No se puede calmar
- Expresión facial asustada
- Inmovilidad, movimiento sin rumbo fijo, temblores, rigidez muscular
- Nuevos miedos que no se pueden resolver
- Miedo a ser separados
- Aumento del comportamiento pegajoso o necesitado
- Ser retraído, evitar interacciones.
- Falta de interés en las actividades habituales.
- Sensible a los ruidos fuertes, nervioso o ansioso
- Preocupación por la seguridad
- Arrebatos emocionales que incluyen ira y agresión.
- Molestias físicas (dolores de estómago, dolores de cabeza, cambios en el apetito).
- Cambios en los patrones de sueño
- Regresión en los hitos del desarrollo
- Problemas de alimentación, sueño o eliminación.
- Dificultad para concentrarse
- Parecer espaciado o zonificado
- Juego repetido o habla sobre el trauma sin resolución y afecto embotado o intenso
- Competencia precoz en el autocuidado o intentos de cuidar a los adultos



Tabla 4

COMO ESTAS	Intentas ser...
ENFOCADO EN LA RELACIÓN	Usted comprende que sus relaciones con los niños son clave para su respuesta y recuperación después de un desastre. Usted apoya tanto a los niños como a sus familias en la recuperación, ya que comprende que la forma en que los adultos respondan al desastre influirá en la forma en que respondan los niños.
TOTALMENTE PRESENTE	Después de un desastre, puede ser más difícil estar presente ya que es más probable que su mente divague de regreso al desastre oa otras preocupaciones presentes. Te estás perdonando a ti mismo cuando esto ocurre, ya que es natural. Notas cuando tu mente divaga y la traes de regreso al momento presente para enfocarte en el niño, los niños o la familia frente a ti.
EMOCIONALMENTE DISPONIBLE	Usted reconoce que los niños muestran síntomas en el contexto de las relaciones y pueden comportarse de maneras que alejan a los adultos al mismo tiempo que más los necesitan. Está constantemente disponible para los niños (y sus familias), estando con sus sentimientos fuertes que pueden incluir tristeza, miedo y rabia, mientras los ayuda a expresar sus sentimientos de una manera apropiada y segura.
SEGURO	Reconoce que los niños pequeños piensan que los adultos son todopoderosos y pueden mantenerlos a salvo; por lo tanto, un desastre puede resultar en la ruptura de la confianza y los niños pueden relacionarse con usted de manera diferente que antes. Garantiza un entorno físico seguro, así como un entorno emocional seguro, siendo adecuadamente flexible y al mismo tiempo constante, manteniendo rutinas y estableciendo límites.
RESPONSIVO EN LUGAR DE REACTIVO	Entiendes que el comportamiento de niños y adultos tiene significado y que el comportamiento que puede parecer molesto o irrespetuoso está comunicando una necesidad. Te das cuenta cuando te sientes herido o frustrado y buscas entender la situación desde diferentes perspectivas. Usted hace preguntas y se pregunta sobre los posibles significados del comportamiento mientras intenta diferentes formas de responder.

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Tabla 4 (continuación)

COMO ESTAS

Intentas ser...

CULTURALMENTE RESPONSABLE

Reconoce que las respuestas posteriores al desastre están determinadas, en parte, por la cultura del niño y la familia. Por ejemplo, una respuesta protectora en algunas culturas para los niños y las familias es cantar y bailar como parte importante de la recuperación.

También reconoce que los factores socioculturales, como la pobreza, la falta de recursos, las barreras del idioma y la discriminación, pueden influir en la capacidad de una familia para recuperarse de un desastre. Se esfuerza por derribar las barreras que enfrentan las familias y se enfoca en las necesidades únicas de cada niño y familia.

PARTICIPADO EN AUTOCAUIDADO Y ATENCIÓN COMUNITARIA

Trabajar en el cuidado de niños es difícil. El trabajo en desastres es duro. Ya sea que usted o no también han experimentado el desastre, el trabajo en desastres está asociado con emociones muy cargadas y necesidades complejas. Para hacer este trabajo, sabes que tu bienestar es importante. Practica el autocuidado, apoya a otros, permite que otros lo apoyen y recibe consultas. Te permites la misma gracia y compasión que tienes por los demás.

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Apoyo a bebés y niños pequeños después de un desastre

Responder a las reacciones traumáticas en bebés y niños pequeños puede ser especialmente difícil después de los desastres que han afectado a las comunidades, ya que los adultos a menudo se enfrentan a sus propias reacciones emocionales. Los niños siempre dependen de los adultos para protegerlos y apoyarlos. Sin embargo, los adultos pueden cuestionar su propia seguridad y capacidad para mantener seguros a los niños. Después de un desastre, los niños necesitan que los adultos escuchen, reconozcan y respondan a sus sentimientos, incluso cuando no se expresen de manera fácil de entender. Necesitan apoyo adicional para manejar sus emociones y dar sentido a lo que ha sucedido.

Dado que los bebés y los niños pequeños pueden absorber el estrés de los adultos, apoyar y buscar apoyo para usted y para los demás cuidadores de los niños es el primer paso para apoyar a los bebés y niños pequeños. (consulte las páginas 32 a 34 para obtener más información).

Como siempre, su forma de relacionarse con los niños y las familias es un componente clave para su recuperación después de un desastre.

Apoyo a bebés menores de un año después de un desastre

Después de un desastre, los bebés no tienen las palabras para comprender los eventos aterradores que experimentaron, pero sí “recuerdan” el trauma en los sentimientos emocionales y corporales que lo acompañaron (Van der Kolk, 2015). Por esta razón, apoyar a los bebés después de un trauma significa ayudarlos a sentirse cómodos, seguros y protegidos en las relaciones. Si bien es posible que no entiendan las palabras que usa para consolarlos, entienden su tono de voz y la tensión o relajación en su cuerpo. A medida que comienzan a comprender el lenguaje, las palabras que utilice les ayudarán a dar sentido a sus sentimientos. Lo que es más importante, mientras sostiene y crea un entorno seguro, el cuerpo del bebé tendrá una sensación de seguridad restaurada. Considere la siguiente lista cuando trabaje con bebés que han experimentado un desastre u otro tipo de trauma.



- Es importante notar qué calma al bebé y lo ayuda a regular su cuerpo y sus emociones.
- Preste atención a los tipos de contacto, movimiento, música e iluminación que calman al bebé y rodéelo con lo que lo hace sentir cómodo.
- Mantenga las rutinas y el cuidado constante tanto como sea posible.
- Use un toque suave y un tono de voz relajante.



- Cuando un bebé está asustado o molesto, o cuando suceden cosas atemorizantes a su alrededor, asegúrese de que estén con un cuidador familiar.
- Proporcione apoyo al cuidador, incluso ayudándolo a encontrar recursos para satisfacer sus necesidades básicas, como alimentos y vivienda.

Apoyo a los niños pequeños después de un desastre

Mientras mantiene relaciones de apoyo con niños pequeños después de un desastre, hay cosas importantes que puede hacer para ayudarlos en las siguientes áreas:

Centrarse en actividades, juegos y aprendizaje apropiados para el desarrollo

Manejar sus cuerpos, emociones y comportamientos.

Construir relaciones de confianza con los adultos.

Responder de manera realista al peligro y reconocer la diferencia entre el peligro del pasado y la seguridad del presente (si el presente es, de hecho, seguro)

Comprender las experiencias aterradoras y confusas (Lieberman, Ippen y Van Horn, 2015)

En la práctica



Usted es un proveedor en un salón de clases de cuatro años y acaba de regresar a la escuela después de un cierre de dos semanas debido a una enfermedad. Un estudiante no regresó porque dio positivo por la enfermedad. Durante la hora del círculo, nota que su clase es inusualmente activa y agresiva. Dices: "Sé que hemos estado fuera por un tiempo. Necesitamos seguir nuestras reglas y sentarnos con salsa de manzana entrecruzada. Me pregunto si alguien extraña a su amigo Jaylen". Haga una pausa y escuche lo que los niños tienen que decir. Corrija cualquier información errónea. Por ejemplo, si alguien dice: "Jaylen murió", explícale que "Jaylen está enferma. Por lo general, cuando los niños están enfermos, mejoran". Continúa: "Ya que Jaylen no se siente bien, hagámosle una tarjeta después de que terminemos nuestra historia".

Aquí hay formas adicionales de guiar a los cuidadores y profesionales en el apoyo a los niños pequeños en el contexto de su desarrollo y cultura.

Proporcione afecto y atención adicionales. Considere programar tiempo adicional si ha ocurrido un desastre o violencia en la comunidad. Después de un desastre u otro evento traumático, los niños necesitarán apoyo adicional. Cuando sea posible, pase tiempo de tranquilidad individual con cada niño. Los niños pueden querer estar a su lado con más frecuencia o buscar más atención física. Esto es normal después de que sucede algo aterrador. Si el niño quiere hablar, escúchalo. Si el niño quiere que lo sostengan, sosténgalo. Si el niño es pegajoso, sea paciente, y si el niño muestra miedos, bríndele apoyo sin descartar o minimizar sus miedos. Cuando los niños reciben la atención adicional que necesitan, es más probable que regresen a sus niveles habituales de juego.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Volver a las rutinas y la normalidad según corresponda. Cuando sea posible, mantenga rutinas regulares como la hora del círculo, la hora de comer y la hora de la siesta. Cuando las viejas rutinas no sean posibles, establezca nuevas rutinas ya que la consistencia es importante para ayudar a los niños a sentirse seguros y protegidos.

Mientras se mantienen las reglas del salón de clases y se establecen límites al comportamiento inapropiado o inseguro, también es importante reconocer que después del desastre habrá cambios. Algunos niños pueden responder con problemas de comportamiento, por lo que se requerirá flexibilidad.

Jugar. El juego es el trabajo más importante de los niños. Les ayuda a desarrollarse, aprender, expresar sentimientos y relajarse. Proporcione accesorios (por ejemplo, en el juego dramático) para que los niños actúen su experiencia del desastre, pero no fuerce ni aliente demasiado este tipo de juego. Permita que los niños jueguen tanto individualmente como con sus compañeros. Ofrezca actividades relajantes como cantar, colorear o escuchar música. Fomente el juego físico y las actividades para que los niños puedan liberar la energía ansiosa.

Enseñar habilidades de relajación. Nunca es demasiado pronto para ayudar a los niños a aprender formas de manejar sus sentimientos. Los niños pequeños pueden aprender ejercicios de respiración simples. Se pueden encontrar algunas sugerencias y ejemplos en la sección de recursos de nuestro sitio web, como los videos que se enumeran a continuación.

Recursos de muestra:

Cierra los ojos, acurrúcate o respira profundo de Daniel Tiger, puedes hacer lo que te ayude a descansar.

El nido cómodo y acogedor de Sesame Street Big Bird apoya a los niños en la relajación, la visualización y el uso de adultos para ayudarlos a manejar los sentimientos.

Estimular la expresión de pensamientos y sentimientos. Muestre a los niños que usted está interesado en sus pensamientos y sentimientos acerca de lo que pasó. No todos los niños son verbales o se expresan mejor a través del lenguaje.

Consejos para que los proveedores fomenten la expresión:

Mira y escucha sin interrumpir.

Evite hacer demasiadas preguntas o corregir.

Parafrasea lo que dicen los niños.

Da palabras para describir su juego.

Etiquete las emociones que muestran los niños. Ejemplo: "Tienes lágrimas corriendo por tu rostro, ¿podrías estar triste?" "Estás pisando fuerte y gritando, ¿estás enojado?"

Valide sus sentimientos y experiencias. Ejemplo: Un niño describe un tornado como un monstruo. "Ese tornado fue tan fuerte y aterrador, puedo ver cómo sonaba como un monstruo. Los tornados ocurren cuando el viento es tan fuerte que hace un ruido fuerte y puede dañar nuestras casas y edificios".

Observe y escuche a los niños que se culpan a sí mismos y asegúreles que no fue su culpa.

Hágales saber a los niños que aprecia que compartan y que pueden seguir hablando con usted.





Durante su hora de almuerzo, mira las notificaciones de su teléfono y ve que hubo un tiroteo en un edificio de oficinas cercano. Más tarde descubre que la madre de Jennifer, una niña de 30 meses de su salón de clases, fue asesinada. La tía de Jennifer, que está en la lista de parientes con los que puede entregarla, llama y dice que va a recoger a Jennifer. Usted llama a su asesor de CCR&R, quien accede a unirse a usted para reunirse con la tía de Jennifer. Cuando llega la tía, está llorando. La consultora le pregunta si le gustaría recibir apoyo para decirle a Jennifer que su madre ha muerto. La tía de Jennifer llora más fuerte y dice que no sabía si debía contarle a su sobrina lo que pasó y que estaba pensando en decirle que su madre tuvo que salir de la ciudad por trabajo.

El consultor valida lo dura que está la situación y explica que es importante que le digan la verdad a Jennifer. Puede que Jennifer no entienda el significado de la muerte, pero verá llorar a muchos familiares y sabrá que algo le pasó a su madre. También extrañará a su madre y puede pensar que su madre no quiere volver a casa para estar con ella si no le dice la verdad. El consultor comparte que ayuda explicar la muerte a los niños diciendo que la muerte significa que el cuerpo de una persona ya no funciona, que la persona ya no puede hablar, caminar, correr, comer o jugar. La consultora también destaca que es importante recordarle a Jennifer que hay otros adultos para cuidarla. La tía de Jennifer está de acuerdo. Quiere esperar hasta llegar a casa con el resto de su familia para decirle a Jennifer que su madre ha muerto.

Comparte historias. Leer libros de cuentos sobre desastres escritos en un nivel apropiado para el desarrollo es una forma útil de iniciar conversaciones sobre la experiencia de desastre de un niño. A algunos niños les resulta más fácil hablar sobre la experiencia de un personaje que sobre la suya propia. Hay historias disponibles gratuitamente sobre desastres en línea para uso público. Por ejemplo, Children's Health Queensland Hospital and Health Services desarrollaron una serie de historias titulada Birdie's Tree: Growing Together through Natural Disasters. Esta serie se puede encontrar en e incluye historias sobre Birdie y el virus, el fuego, el ciclón, el día muy caluroso, la gran enfermedad, la inundación, la sequía, el terremoto y Relajarse con Birdie.

Como proveedor, asegúrese de leer la historia usted mismo primero. Querrá omitir cualquier parte de la historia que no sea apropiada para el desarrollo o relevante para su situación; puede adaptar la historia para que se ajuste a sus circunstancias. Como lo haría al leer cualquier historia, anime a los niños a que hagan preguntas, comenten y se involucren mientras leen. Comparta las historias que lea a los niños con los cuidadores, para que tengan un lenguaje similar para hablar sobre el desastre.

Deje que los niños ayuden cuando sea seguro. Los desastres están asociados a la falta de control. Tanto los niños como los adultos se sienten mejor cuando pueden ayudarse a sí mismos ya los demás. Planifique actividades que les den a los niños y cuidadores control sobre sus entornos. Por ejemplo, los niños pueden sacar tarjetas para los familiares de un niño que ha muerto. Si hubo un desastre natural que destruyó el patio de recreo, los niños pueden plantar flores para volver a embellecer el patio de recreo.



Esté atento a los desencadenantes del trauma. Los desencadenantes del trauma pueden ser cualquier cosa que le recuerde al niño el desastre o el trauma. Un desencadenante puede ser un lugar, un objeto, un sonido, un olor, una época del año, un tipo de clima o una sensación. Dado que puede ser difícil saber cuáles son los desencadenantes del trauma de un niño y si un niño está respondiendo a un desencadenante del trauma, es útil buscar patrones en el comportamiento del niño. También es útil preguntarse si un niño está siendo provocado por algo si se porta mal “sin motivo alguno”. A menudo, cuando los niños se portan mal “de la nada”, están respondiendo a un desencadenante traumático del que los adultos no son conscientes. Cuando los adultos son conscientes de los desencadenantes, pueden ayudar al niño a establecer una conexión entre el desencadenante y sus sentimientos o comportamientos. También puede ser útil para el adulto compartir sus sentimientos de una manera apropiada para su desarrollo. Por ejemplo, en un día lluvioso después de un tornado, un proveedor de cuidado infantil podría decir: “Los días lluviosos me recuerdan al tornado y me dan miedo. Este es un día lluvioso regular. Saquemos nuestros instrumentos musicales y toquemos adentro”.

Limite la cobertura de los medios. Dado el desarrollo cognitivo de los niños, estos no entienden que los eventos retratados en las noticias no están ocurriendo en tiempo real, y pueden pensar que el desastre está sucediendo una y otra vez cada vez. Limite la cantidad de noticias y programas de televisión y películas potencialmente violentos que ven los niños (y los adultos). Además de limitar la exposición a los medios, recuerde que los niños son muy conscientes de lo que dicen los adultos, incluso cuando los adultos piensan que los niños no están escuchando. Proteja a los niños de discusiones acaloradas o estresantes. Si los niños escuchan las noticias u otras conversaciones que desearía que no hubieran escuchado, reconozca lo que los niños escucharon o vieron, explíqueselo de una manera apropiada para su desarrollo y asegúreles que usted está allí para mantenerlos a salvo.

Referir a servicios de salud mental si es necesario. Los médicos de salud mental infantil y de la primera infancia brindan apoyo social, emocional y conductual basado en evidencia a bebés, niños pequeños y sus familias. La mayoría de los proveedores de servicios de salud mental para bebés y niños pequeños:

Comience con una evaluación que involucre solo a los cuidadores para comprender el problema que debe abordarse, así como las fortalezas, dificultades y necesidades del niño y la familia.

Reúnase solo con los cuidadores para ofrecerles apoyo y ayudarlos a comprender y responder a las reacciones de su hijo ante el trauma.

Trabaje con el(los) cuidador(es) y el niño juntos para fortalecer la relación padre-hijo cuando se ha visto afectada por un trauma.

Trabaje con los cuidadores y los niños usando métodos como el juego para ayudar al niño a compartir sus pensamientos y sentimientos sobre el evento de emergencia.

La Asociación de Salud Mental Infantil en Tennessee (AIMHiTN) tiene una lista de recursos de salud mental para bebés y niños pequeños que se puede encontrar en <https://AIMHiTN.org/resources/tennessee-resources>.



Es importante recordar que la recuperación de un desastre o trauma lleva tiempo.

Las reacciones al trauma se desarrollan como una forma de adaptarse a una situación estresante y sobrevivir. Por ejemplo, es más probable que un niño que ha estado expuesto a un incendio que destruyó su casa esté atento a un incendio. De manera similar, es probable que un niño que ha experimentado negligencia, incluida la privación de alimentos, acumule alimentos. Incluso cuando los comportamientos ya no son necesarios, a menudo persisten. Puede ser frustrante para los adultos que saben que un niño está seguro y bien alimentado tener un niño que continúa mostrando estos comportamientos. En esos momentos, es útil recordar que el comportamiento tiene significado y que los comportamientos no son un simple desafío. El apoyo de salud mental puede ayudar tanto a los niños como a los adultos a sobrellevar los impactos a largo plazo del trauma.

Apoyo a los cuidadores después de un desastre

La participación familiar es un componente clave que apoya el desarrollo positivo de los niños en el cuidado infantil. Los cuidadores a menudo recurren a los proveedores de cuidado infantil para obtener información y apoyo después de los desastres, y es importante que los proveedores estén preparados para apoyar a los cuidadores mientras navegan por su propia recuperación y la de sus hijos. Organizar reuniones de cuidadores es una buena forma de ofrecer información y recursos y brindar oportunidades de apoyo social a los cuidadores que se sienten aislados.

Consejos para apoyar a los cuidadores después de los desastres:

Reconozca que los cuidadores pueden sentirse impotentes para mantener seguros a sus hijos.

Ayude a los cuidadores a comprender el poder de sus relaciones con sus hijos y cuán importantes son esas relaciones en la recuperación de los niños.

Concéntrese y señale los éxitos de los cuidadores.

Observe si los cuidadores tienen dificultades con las reacciones de sus hijos. Pueden etiquetar las reacciones traumáticas de los niños como "problemas de comportamiento", "malos" o "desafiantes".

Pueden llamar a su hijo "llorón" o "gato asustado". Escuche las preocupaciones de los cuidadores y ofrezca información.

Prepare a los cuidadores normalizando las reacciones traumáticas comunes en los niños y ofreciendo información sobre cómo los cuidadores pueden ayudar a los niños después de un desastre.

Primeros auxilios psicológicos: consejos para padres para ayudar a bebés y niños pequeños después de desastres ofrece información sobre las respuestas comunes a los desastres en bebés y niños pequeños y cómo los padres pueden responder a esas reacciones. Este folleto está disponible en varios idiomas y se puede descargar y copiar.

El sitio web de los CDC ofrece información y enlaces sobre Cómo ayudar a su hijo a sobrellevar un desastre y está disponible en inglés y español.

Diez consideraciones para bebés y niños pequeños después de desastres y eventos violentos: Folleto general para padres. Consulte la página 36.

Los cuidadores pueden querer soluciones rápidas cuando sus hijos tienen problemas de conducta u otras reacciones después de un desastre. Valide las frustraciones de los cuidadores mientras los ayuda a comprender el comportamiento de los niños en el contexto del desastre.

Ayude a los cuidadores a encontrar formas de hablar con sus hijos sobre el desastre. Discuta las formas en que habla sobre el tema en el cuidado de los niños y comparta cualquier folleto o libro que esté usando con los niños.



Escanee para
ver recursos y
herramientas
relacionados

- Familiarícese con los recursos de la comunidad y tenga una lista actualizada de recursos que incluya despensas de alimentos, grupos de apoyo para padres, referencias de salud mental, asistencia financiera, etc.
- Sea consciente de la ira mal dirigida. Cuando se sienta impotente o asustado, los médicos pueden culparlo o gritarle. Sepa que esto no es su culpa.

Cuidado personal y comunitario

Cabe señalar que este apartado se titula Autocuidado y cuidado comunitario. El autocuidado es de suma importancia para apoyar eficazmente a los niños y sus familias. Sin embargo, también es necesario reconocer que el verdadero autocuidado requiere recursos comunitarios adecuados, apoyo de agencias, financiamiento y reconocimiento social y respeto por la importancia de los proveedores de cuidado infantil y sus funciones. Además, al igual que los bebés y los niños pequeños prosperan en el contexto de las relaciones, los adultos también necesitan relaciones para apoyar su bienestar y recuperación. En el cuidado comunitario, la responsabilidad del cuidado es compartida. Cuando los proveedores de cuidado infantil pueden, notan y brindan apoyo si otro miembro del personal tiene dificultades (Sambile, 2018).

Tennessee apoya a sus proveedores de cuidado infantil a través de recursos como CCR&R y TECTA... que se describen en la página 8 de este conjunto de herramientas.

Cuando se vea afectado por un desastre, esté atento a las señales de estrés. Las reacciones comunes incluyen: Pesadillas o pensamientos perturbadores e imágenes del evento que vienen a la mente
Evitación de pensamientos, situaciones u otros recordatorios del evento.
Fuertes sentimientos de tristeza, impotencia, ansiedad, ira.
Sentirse abrumado, confundido o emocionalmente insensible
Miedos nuevos o renovados, nerviosismo, dificultad para dormir, problemas de concentración

Recuerde, estas pueden ser reacciones normales a eventos muy estresantes. Con recursos adecuados, comunidades de apoyo y la ayuda de familiares y amigos, la mayoría de las personas se sienten mejor gradualmente. Sin embargo, si los síntomas persisten o interfieren con su trabajo, sus relaciones o su satisfacción con la vida, busque el apoyo de un profesional de la salud mental que se especialice en trauma.

Incluso si no ha estado directamente expuesto a un desastre, trabajar con niños que han experimentado desastres u otros traumas puede provocar agotamiento o estrés traumático secundario (Stamm, 2010).

El agotamiento se asocia con sentimientos de agotamiento, falta de satisfacción laboral, sentirse improductivo en su trabajo, dificultad para hacer frente a las responsabilidades relacionadas con el trabajo y distanciarse de su trabajo.

El estrés traumático secundario ocurre cuando escuchas repetidamente historias de desastres o traumas. Los síntomas de estrés traumático secundario son similares a los síntomas de estrés traumático que puede tener si está directamente expuesto a un desastre. Para obtener más información sobre el estrés traumático secundario, la Red Nacional de Estrés Traumático Infantil tiene muchos recursos.

Ayudar a otras personas que han pasado por desastres u otros traumas puede tener un impacto positivo y conducir a la satisfacción de la compasión, que es el placer que recibe al sentirse eficaz en su trabajo y su capacidad para ayudar a los demás.



Consejos sobre el cuidado personal después de un desastre:

Esté atento a los factores de riesgo de agotamiento y estrés traumático secundario como:

Medir tu autoestima por cuánto ayudas a los demás

Expectativas poco realistas de uno mismo y de los demás.

Perfeccionismo y autovisión crítica

Temer que otros te juzguen si muestras debilidad

Evitar sentir o mostrar sentimientos.

Tener dificultad para recibir apoyo emocional.

Tener un historial de trauma personal

No tener un equilibrio en tu vida laboral y personal.

Después del desastre:

Cuídese: intente comer comidas saludables, duerma lo suficiente y haga ejercicio.

Pasa tiempo con otras personas. Resista la tendencia a aislarse de su apoyo, como amigos de confianza, familiares o su comunidad espiritual.

Si te ayuda, escribe en un diario o habla sobre cómo te sientes. Sin embargo, puede ser difícil para usted escuchar la angustia de los demás cuando necesitan hablar, así que use su propio juicio.

Vuelva a sus rutinas diarias. Los hábitos familiares pueden ser muy reconfortantes.

Date permiso para sentirte malhumorado, nervioso o triste. Tómese el tiempo para afligirse y llorar.

En lugar de tratar de hacer todo a la vez, lo que puede ser abrumador, haz una cosa a la vez.

Trate de no hacer cambios importantes en su vida durante un momento estresante.

Haz algo que te haga sentir bien.

Apague las noticias de la televisión y manténgase alejado de los informes de los medios. Si necesita estar bien informado, mire las noticias una vez por la mañana y otra por la noche.

Asegúrese de tomar descansos del evento.

Consejos para el cuidado organizacional del cuidado infantil:

La forma en que el personal de cuidado infantil es en sus relaciones con los niños afecta el bienestar de los niños. Del mismo modo, la forma en que las organizaciones están con su personal afecta el bienestar de su personal. Para apoyar al personal de cuidado infantil, las organizaciones podrían:

Aprecie y reconozca lo difícil que puede ser este trabajo.

Proporcione/recibir la educación necesaria (p. ej., sobre el impacto del trauma).

Proporcione un entorno seguro y oportunidades para que el personal informe y comparta sus experiencias e inquietudes sin temor a ser juzgado.

Modele el autocuidado/apoyo emocional.

Proporcione tiempo y recursos para que el personal practique el autocuidado (p. ej., días de desarrollo del personal, descansos, almuerzo, una sala de descanso social, una sala de descanso tranquila).

Observe e intervenga si otro miembro del personal tiene dificultades.

Recibir consulta reflexiva.

Conéctese con AIMHiTN para obtener recursos adicionales.



Recursos específicos para desastres

TABLA DE CONTENIDO

Apoyo a bebés y niños pequeños en torno a tornados

antes de un tornado

- Tener una relación segura, estable y de apoyo sirve como un factor de protección para los niños que luego se ven afectados por los tornados.
-
- Revise regularmente su plan de tornado con los cuidadores, planifique simulacros regulares de tornado y mantenga actualizada la información de contacto.

INTRODUCCIÓN

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir o hacer: *

para niños pequeños



- “Hoy vamos a aprender sobre los tornados. Los tornados no suelen ocurrir, pero a veces, cuando hay una tormenta muy fuerte, el viento comienza a arremolinarse y se vuelve tan fuerte que puede derribar cosas. Dentro de poco, escuchará una fuerte alarma que nos indicará que es hora de practicar cómo estar a salvo si hay un tornado. Estaré aquí contigo.

PREPARAR

durante un tornado

- Siempre verifique con usted mismo primero. Si se siente abrumado o congelado, haga una pausa y respire profundamente (o use cualquier estrategia que funcione para usted) para que pueda seguir de manera efectiva su plan de emergencia para tornados. Pida ayuda si la necesita.

Es importante hablar con los niños incluso antes de que entiendan las palabras. Hable acerca de lo que sucede a su alrededor. En momentos de peligro, asegúreles que está allí para mantenerlos a salvo.

Se honesto.

Use un lenguaje sencillo que sea apropiado para las edades de los niños.

Hágales saber a los niños lo que sucederá a continuación.

La forma en que les habla a los niños es tan importante como las palabras que usa. Los niños responden a su volumen y tono de su voz. Se dan cuenta de sus emociones, expresiones faciales y lenguaje corporal.

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir o hacer: *



para bebés

- "Ese sonido fuerte te hizo llorar. Voy a recogerte, abrazarte y mantenerte a salvo".



para niños pequeños

- "Esa sirena fuerte nos dice que hay una tormenta realmente grande. Necesitamos ir a nuestro lugar seguro lejos de las ventanas".
- "El tornado destruyó nuestro edificio. Las ventanas se rompieron y hay muchos cristales y cosas por todas partes. Necesitamos quedarnos en el baño donde sea seguro hasta que la Sra. Suzie nos diga que podemos salir. Yo me quedaré contigo."

después de un tornado

- Los niños que han visto afectadas sus vidas personales o sus rutinas normales tienen más probabilidades de mostrar reacciones después de un tornado. Fíjese en los momentos en que los niños recuerdan el tornado. No siempre es posible saberlo, pero los recordatorios comunes incluyen sirenas, días oscuros, ventosos o lluviosos.
- Los bebés y los niños pequeños compartirán sus pensamientos y sentimientos a través del comportamiento, las emociones,

jugar y, cuando pueden, hablar. Observa y escucha atentamente. Espere que algunos niños muestren una desregulación de las emociones y el comportamiento.

Comportamientos como desafío, agresión, regresión o retraimiento pueden significar que los niños están tratando de procesar cómo se sienten. También pueden ocurrir otros ejemplos de desregulación. Los proveedores deben tratar de estar disponibles para ayudar a los cuidadores a brindar apoyo.

Recuerde que está bien, e incluso es útil, hablar sobre lo que sucedió. Los proveedores de cuidado infantil pueden ayudar a modelar esta habilidad hablando con los cuidadores sobre el desastre. Cuando los niños escuchan a los adultos hablar sobre experiencias y sentimientos, saben que ellos también pueden hacerlo.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir o hacer: *

TABLA DE CONTENIDO



para bebés

- “Todavía lloras cuando escuchas ruidos fuertes. Voy a recogerte, abrazarte y mantenerte a salvo”.

INTRODUCCIÓN



para niños pequeños

- “Me pregunto si esta lluvia y el viento te asustan porque recuerdas cuando la lluvia y el viento eran tan fuertes que tu casa estaba desordenada”. Haga una pausa, escuche y haga preguntas. Corrija cualquier información errónea. “Esta tormenta suena fuerte y da miedo, pero es una tormenta regular. Podemos jugar adentro para mantenernos secos y seguros”.
-
- En la medida de lo posible, mantenga una estructura y rutinas regulares mientras espera que los niños necesiten atención y tranquilidad adicionales.
-
- Comuníquese con los cuidadores de los niños. Escuche las preocupaciones de los cuidadores y comparta cualquier inquietud que tenga. Trabajen juntos para encontrar formas de apoyar mejor al niño.

PREPARAR

*Nota: Estos son ejemplos. Use sus propias palabras y describa su propio plan.

Para obtener más recursos específicos sobre tornados, utilice el código QR a continuación.

RESPONDER



RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados



Recibimos avisos de tiempo severo usando:

El lugar de reunión seguro designado dentro del edificio es:

Para alertar al personal sin alarmar a los niños, nosotros:

Los procedimientos de clima severo se publican en los siguientes lugares:



Apoyo a bebés y niños pequeños en torno a las inundaciones

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES

Antes de una inundación

- Tener una relación segura, estable y de apoyo sirve como un factor de protección para los niños que luego se ven afectados por las inundaciones.
-
- Revise regularmente los planes de inundación con los cuidadores y mantenga actualizada la información de contacto de emergencia. Asegúrese de que su plan para inundaciones esté actualizado y verifique los suministros con regularidad.

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir/hacer: *

para niños pequeños



- Use su plan de lección sobre el clima para enseñar a los niños sobre las inundaciones. Explique: “El agua de lluvia es buena para la tierra. Da a las plantas y animales el agua que necesitan. A veces, cuando llueve mucho y la lluvia cae muy rápido, puede haber demasiada agua y hay una inundación. Si alguna vez tenemos una inundación y entra agua en nuestro edificio, iríamos a la escuela grande al final de la calle para mantenernos seguros y secos”. Haga una pausa para escuchar cualquier comentario, responder preguntas y aclarar cualquier información errónea.*

durante una inundación

- Como proveedor de cuidado infantil, siempre consulte primero con usted mismo. Si se siente abrumado o congelado, haga una pausa y respire profundamente (o use cualquier estrategia que funcione para usted) para que pueda seguir de manera efectiva su plan de emergencia para inundaciones. Solicite ayuda si la necesita.

Es importante que los proveedores hablen con los niños incluso antes de que entiendan las palabras. Hable acerca de lo que sucede a su alrededor. En momentos de peligro, asegúreles que están allí para mantenerlos a salvo. Tenga en cuenta lo siguiente cuando hable con los niños sobre las inundaciones:

Se honesto.

Use un lenguaje sencillo que sea apropiado para las edades de los niños.

Hágales saber a los niños lo que sucederá a continuación.

La forma en que les habla a los niños es tan importante como las palabras que usa. Los niños responden al volumen y al tono de la voz. Se dan cuenta de las emociones, las expresiones faciales y el lenguaje corporal.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir o hacer: *



para bebés

- “Voy a recogerte y ponerte en tu asiento de seguridad. Subiremos a la camioneta e iremos a un lugar seguro y seco”.



para niños pequeños

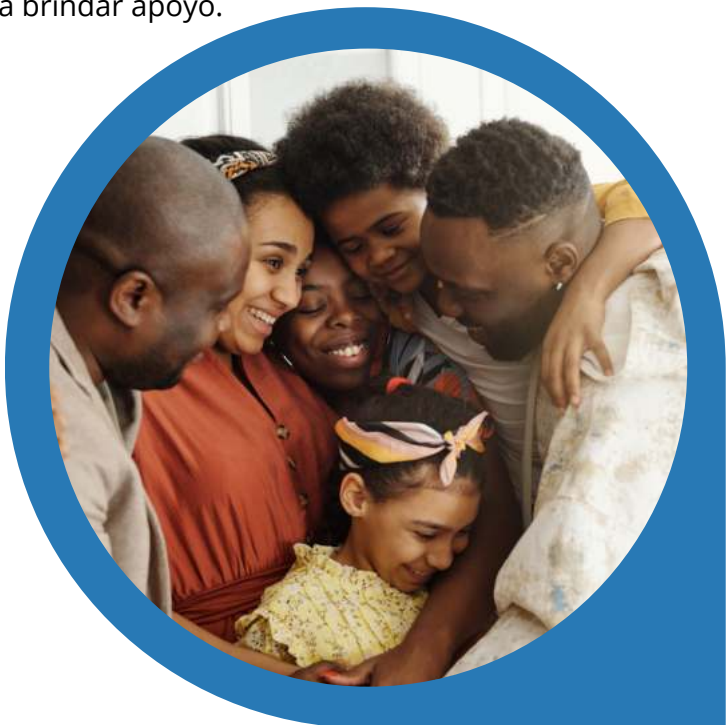
- “Está lloviendo muy fuerte y rápido. Hay una advertencia de inundación y tenemos que ir a un lugar seguro y seco. Todos vayan a sus cubículos y tomen sus maletas y luego formen una fila. Creo que el fuerte trueno puede dar un poco de miedo. Respiremos profundamente y luego caminemos juntos hacia la camioneta”.*
-
- Preste atención a lo que dice a otros adultos, incluso cuando crea que los niños no están escuchando.

Después de una inundación

- Los bebés y los niños pequeños compartirán sus pensamientos y sentimientos a través del comportamiento, las emociones, el juego y, cuando puedan, el lenguaje. Observa y escucha atentamente. Espere que algunos niños muestren una desregulación de las emociones y el comportamiento. Comportamientos como desafío, agresión, regresión o retraimiento pueden significar que los niños están tratando de procesar cómo se sienten. También pueden ocurrir otros ejemplos de desregulación. Los proveedores de cuidado infantil deben tratar de estar disponibles para ayudar a los cuidadores a brindar apoyo.

Recuerde que está bien, e incluso es útil, hablar sobre lo que sucedió. Cuando los niños escuchan a los adultos hablar sobre experiencias y sentimientos, saben que ellos también pueden hacerlo.

Los niños que han visto afectadas sus vidas personales o sus rutinas normales tienen más probabilidades de mostrar reacciones después de una inundación. Fíjese en los momentos en que los niños recuerdan la inundación. No siempre es posible saberlo, pero los recordatorios comunes incluyen truenos, relámpagos, sirenas, días oscuros, ventosos o lluviosos, ropa mojada, juguetes rotos o en mal estado.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir o hacer: *



para bebés

- “Oyes truenos como cuando se inundó. Vamos a cantar una canción.”
Usted canta su canción favorita o la del bebé sobre la lluvia.



para niños pequeños

- “Me pregunto si esta lluvia y el viento te asustan porque recuerdas cuando llovió tanto que nuestro edificio se inundó y nuestros juguetes se arruinaron”. Haga una pausa, escuche y haga preguntas. Corrija cualquier información errónea. “Esta tormenta suena fuerte y da miedo, pero es una tormenta regular. Podemos jugar adentro para mantenernos secos y seguros”.
-
- En la medida de lo posible, mantenga una estructura y rutinas regulares mientras espera que los niños necesiten atención y tranquilidad adicionales.
-
- Comuníquese con los cuidadores de los niños. Escuche las preocupaciones de los cuidadores y comparta cualquier inquietud que tenga. Trabajen juntos para encontrar formas de apoyar mejor al niño.

*Nota: Estos son ejemplos. Use sus propias palabras y describa su propio plan.

Para obtener más recursos específicos sobre inundaciones, utilice el código QR a continuación.



TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para
ver recursos y
herramientas
relacionados



Para determinar si nuestra instalación se encuentra en una llanura aluvial, nos hemos comunicado con:

Para recibir avisos de inundación, tenemos:

Para alertar al personal sin alarmar a los niños, nuestro plan de respuesta es:



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Apoyo a bebés y niños pequeños en situaciones de terremoto

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES

Antes de un Terremoto

- Tener una relación segura, estable y de apoyo sirve como un factor de protección para los niños que luego son impactados por un terremoto.
-
- Revise regularmente su plan para terremotos con los cuidadores y mantenga actualizada la información de contacto de emergencia. Mantenga actualizado su plan contra terremotos y planifique simulacros regulares de terremotos.

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir o hacer: *

para niños pequeños



- "Hoy vamos a aprender acerca de los terremotos. Los terremotos no ocurren con frecuencia. Cuando ocurren, las rocas que se encuentran en las profundidades del subsuelo pueden moverse y hacer temblar la tierra. Cuando esto sucede, nos mantenemos a salvo arrojándonos al suelo, colocándonos debajo de una mesa fuerte y agarrándonos hasta que cesen los temblores. Te mostraré".

durante un terremoto

- Siempre verifique con usted mismo primero. Si se siente abrumado o congelado, haga una pausa y respire profundamente (o use cualquier estrategia que funcione para usted) para que pueda seguir de manera efectiva su plan de emergencia para terremotos. Solicite ayuda si la necesita.

Es importante hablar con los niños incluso antes de que entiendan las palabras. Hable acerca de lo que sucede a su alrededor. En momentos de peligro, asegúreles que está allí para mantenerlos a salvo. Tenga en cuenta lo siguiente cuando hable con los niños sobre los terremotos:

Se honesto.

Use un lenguaje sencillo que sea apropiado para las edades de los niños.

Hágales saber a los niños lo que sucederá a continuación.

La forma en que les habla a los niños es tan importante como las palabras que usa. Los niños responden a su volumen y tono de su voz. Se dan cuenta de sus emociones, expresiones faciales y lenguaje corporal.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir/hacer: *



para bebés

- “Te recogeré y te mantendré a salvo”.



para niños pequeños

- Mientras apoya físicamente al niño para que siga sus instrucciones, usted dice: “Escucho un sonido fuerte y la tierra está temblando. Rápido, agáchate, cúbrete y agárrate.”
-
- “Eso fue un terremoto. Hizo que las cosas se derrumbaran a nuestro alrededor. A veces, después de un gran terremoto, la tierra temblará un poco más. Quedémonos donde estamos por un rato. Podemos cantar una canción juntos mientras vengo y me aseguro de que todos estén a salvo”.
-
- Preste atención a lo que dice a otros adultos, incluso cuando crea que los niños no están escuchando.

Después de un terremoto

- Los bebés y los niños pequeños compartirán sus pensamientos y sentimientos a través del comportamiento, las emociones, el juego y, cuando puedan, el lenguaje. Observa y escucha atentamente. Espere que algunos niños muestren una desregulación de las emociones y el comportamiento. Estar disponible para brindar apoyo.

Recuerde que está bien, e incluso es útil, hablar sobre lo que sucedió. Cuando los niños escuchan a los adultos hablar sobre experiencias y sentimientos, saben que ellos también pueden hacerlo.

Los niños que han visto afectadas sus vidas personales o sus rutinas normales tienen más probabilidades de mostrar reacciones después de un terremoto. Fíjese en los momentos en que los niños recuerdan el terremoto. No siempre es posible saberlo, pero los recordatorios comunes incluyen sonidos fuertes, cuando un objeto pesado cae y causa sacudidas o juguetes rotos.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir o hacer: *



para bebés

- “Bebé, tu cuerpo se pone tan nervioso y rígido cuando escuchas un ruido fuerte. Voy a frotarte los brazos y las piernas, abrazarte y mecerte”.
Tarea suavemente mientras haces esto.



para niños pequeños

- “Me pregunto si ha sido difícil descansar durante el tiempo de descanso porque fue cuando ocurrió el terremoto. Creo que puedes sentirte asustado. Pongámonos de pie y saquemos los temblores de nuestros cuerpos. Muévete y sacúdete junto con el niño. Si el niño tiene dificultades para dormir, puede sentarse junto a él, frotarle la espalda, hacerle saber que está allí y que lo mantendrá a salvo. Si tiene una música o un sonido favorito para escuchar cuando se va a la cama, también puedes ponérselo.
- En la medida de lo posible, mantenga una estructura y rutinas regulares mientras espera que los niños necesiten atención y tranquilidad adicionales.

*Nota: Estos son ejemplos. Use sus propias palabras y describa su propio plan.

Para obtener más recursos específicos sobre terremotos, utilice el código QR a continuación.

TEMBLORES



Los niños y el personal saben cómo agacharse, protegerse la cabeza y el cuello y agarrarse. Si está adentro, todos deben refugiarse debajo de las mesas y cubrirse la cabeza. Si está al aire libre, todos deben permanecer al aire libre y evitar árboles, cercas, postes/líneas eléctricas y otros escombros que puedan caer.

Después de un terremoto, nuestro plan es:



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Apoyo a bebés y niños pequeños alrededor de incendios

antes de un incendio

- Tener una relación segura, estable y de apoyo sirve como un factor de protección para los niños que luego se ven afectados por una casa o un incendio forestal.
-
- Revise regularmente su plan contra incendios con los cuidadores y mantenga actualizada la información de contacto. Asegúrese de mantener actualizado su plan contra incendios y planifique simulacros de incendio regulares.

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir/hacer: *

para niños pequeños



- "Hoy vamos a aprender qué hacer si hay un incendio. Los incendios no suelen ocurrir. Cuando ocurren, tenemos que salir del edificio para estar seguros. Más tarde hoy, escuchará una fuerte alarma del detector de humo, que nos indicará que es hora de practicar lo que haríamos en caso de incendio. Cuando escuche la alarma, es importante escuchar bien. Le diré lo que debe hacer y estaré con usted todo el tiempo".

durante un incendio

- Siempre verifique con usted mismo primero. Si se siente abrumado o congelado, haga una pausa y respire profundamente (o use cualquier estrategia que funcione para usted) para que pueda seguir de manera efectiva su plan de emergencia para terremotos. Solicite ayuda si la necesita.

Es importante hablar con los niños incluso antes de que entiendan las palabras. Hable acerca de lo que sucede a su alrededor. En momentos de peligro, asegúreles que está allí para mantenerlos a salvo. Tenga en cuenta lo siguiente cuando hable con los niños sobre los incendios:

Se honesto.

Use un lenguaje sencillo que sea apropiado para las edades de los niños.

Hágales saber a los niños lo que sucederá a continuación.

- La forma en que les habla a los niños es tan importante como las palabras que usa. Los niños responden a su volumen y tono de su voz. Se dan cuenta de sus emociones, expresiones faciales y lenguaje corporal.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir/hacer: *



para bebés

- Voy a recogerte. Sé que me muevo rápido, pero te mantendré a salvo”.



para niños pequeños

- “Escucho una fuerte alarma de incendio. Eso significa que es hora de hacer fila. ¡Rápidamente! Tal como lo practicamos. Recuerda que estaré contigo todo el tiempo”.

después de un incendio

- Los bebés y los niños pequeños compartirán sus pensamientos y sentimientos a través del comportamiento, las emociones, el juego y, cuando puedan, el lenguaje. Observa y escucha atentamente. Espere que algunos niños muestren una desregulación de las emociones y el comportamiento. Estar disponible para brindar apoyo.

Recuerde que está bien, e incluso es útil, hablar sobre lo que sucedió. Cuando los niños escuchan a los adultos hablar sobre experiencias y sentimientos, saben que ellos también pueden hacerlo.

Observe los cambios en el comportamiento y las emociones de los niños. Fíjese en los momentos en que a los niños se les recuerda el fuego. No siempre es posible saberlo, pero los recordatorios comunes incluyen sirenas, camiones de bomberos, cosas que se han quemado o ver a personas molestas.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir/hacer: *

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



para bebés

- “Bebé, desde el incendio, quieres que te abrace. Te abrazaré si me necesitas. Sostienes al bebé y te das cuenta cuando está listo para jugar o explorar. “Veo que estás mirando los bloques. ¿Te gustaría ir a jugar?” Camina hacia los bloques y observa el lenguaje corporal del bebé para ver si está listo para ser sacrificado.*



para niños pequeños

- Notas a tu hija, Alicia, peleándose por un juguete con su amiga, Lacy. Usted dice: “Parece que está teniendo dificultades para compartir. Alicia, veo que es el oso especial que te dieron los bomberos cuando se quemó la casa. Lacy, ese es el juguete especial de Alicia. Busquemos un juguete especial con el que puedas jugar”.*
-
- En la medida de lo posible, mantenga una estructura y rutinas regulares mientras espera que los niños necesiten atención y tranquilidad adicionales.
-
- Comuníquese con los cuidadores de los niños. Escuche las preocupaciones de los cuidadores y comparta cualquier inquietud que tenga. Trabajen juntos para encontrar formas de apoyar mejor al niño.

*Nota: Estos son ejemplos. Use sus propias palabras y describa su propio plan.

Para obtener más recursos específicos sobre incendios, utilice el código QR a continuación.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados



Nuestra señal de alarma contra incendios es:

Nuestra señal de todo claro es:

Si es necesario, la(s) persona(s) que cortarían los servicios públicos utilizando instrucciones claramente escritas y publicadas en cada control de servicios públicos o punto de corte son:

Hay dos rutas de evacuación desde cada habitación y las rutas están publicadas en cada habitación. Para garantizar que todos los niños sean atendidos, nuestro procedimiento de evacuación es:

De ser requerido, el albergue temporal se encuentra en: (Incluir nombre y dirección)

Después de una evacuación, la estación de registro donde los padres pueden recoger a sus hijos se encuentra en:

La frecuencia con la que se inspeccionan todos los extintores es:

La frecuencia con la que se inspeccionan todos los detectores de humo y/o alarmas contra incendios es:



Apoyo a bebés y niños pequeños en torno a fugas de gas, derrames de productos químicos o incidentes con materiales potencialmente peligrosos

Antes de una fuga de gas, un derrame químico o un incidente con materiales peligrosos

Tener una relación segura, estable y de apoyo sirve como un factor de protección para los niños que luego se ven afectados por los desastres.

Revise regularmente su plan de desastres con los cuidadores y mantenga actualizada la información de contacto. Mantén tu plan actualizado.

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir/hacer: *



para bebés

- Sabiendo que los bebés lo buscan para entender el mundo, usted usa su tono de voz y expresiones faciales para comunicar seguridad y peligro y sus acciones para mantenerlos a salvo. Es importante que tenga paciencia si tiene que usar la repetición para llevar a sus hijos a un lugar seguro.



para niños pequeños

- Habla con los niños sobre seguridad, enfocándose en cómo pueden protegerse en lugar de enfocarse en las situaciones peligrosas. Cantas canciones sobre seguridad y protección.

Durante una fuga de gas, un derrame químico o un incidente con materiales peligrosos

Siempre verifique con usted mismo primero. Si se siente abrumado o congelado, haga una pausa y respire profundamente (o use cualquier estrategia que funcione para usted) para que pueda seguir de manera efectiva su plan de emergencia para fugas de gas, derrames químicos o materiales peligrosos. Solicite ayuda si la necesita.

Es importante hablar con los niños incluso antes de que entiendan las palabras. Hable acerca de lo que sucede a su alrededor. En momentos de peligro, asegúreles que está allí para mantenerlos a salvo. Tenga en cuenta lo siguiente cuando hable con los niños sobre incidentes peligrosos:

Se honesto.

Use un lenguaje sencillo que sea apropiado para las edades de los niños.

Hágales saber a los niños lo que sucederá a continuación.

- La forma en que les habla a los niños es tan importante como las palabras que usa. Los niños responden a su volumen y tono de su voz. Se dan cuenta de sus emociones, expresiones faciales y lenguaje corporal.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir/hacer: *



para bebés

- Notas el olor a gas y dices “Huelo un olor raro. Voy a llamar a la Sra. Suzie para que pueda verificar y asegurarse de que sea seguro quedarse adentro”. Tomas tu equipo de emergencia y te aseguras de que todos los niños estén contigo cuando te vayas.



para niños pequeños

- Acaba de recibir una notificación de que hay una fuga de gas y que necesita evacuar, “Clase, todos hagan fila, por favor. Ese olor extraño que hemos estado oliendo significa que no es seguro quedarse adentro. Vamos a salir todos juntos”. Tome su equipo de emergencia y verifique que todos los niños estén con usted cuando se vaya.*
-
- Preste atención a lo que dice a otros adultos, incluso cuando crea que los niños no están escuchando.

Después de una fuga de gas, un derrame químico o un incidente con materiales peligrosos

Los bebés y los niños pequeños compartirán sus pensamientos y sentimientos a través del comportamiento, las emociones, el juego y, cuando puedan, el lenguaje. Observa y escucha atentamente. Comportamientos como desafío, agresión, regresión o retraimiento pueden significar que los niños están tratando de procesar cómo se sienten. También pueden ocurrir otros ejemplos de desregulación. Los proveedores deben tratar de estar disponibles para ayudar a los cuidadores a brindar apoyo.

Recuerde que está bien, e incluso es útil, hablar sobre lo que sucedió. Cuando los niños escuchan a los adultos hablar sobre experiencias y sentimientos, saben que ellos también pueden hacerlo.

Los niños que han visto afectadas sus vidas personales o sus rutinas normales tienen más probabilidades de mostrar reacciones después de una fuga de gas, un derrame químico o un evento con materiales peligrosos. Fíjese en los momentos en que los niños recuerdan el evento. No siempre es posible saberlo, pero los recordatorios comunes incluyen olores, alarmas o ver a adultos molestos.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir o hacer: *

TABLA DE CONTENIDO



para bebés

- Después de que su edificio haya estado cerrado durante varios días y algunos de los niños estén molestos al dejarlos. Dices: "Es difícil cuando no hemos estado juntos durante unos días. Te extrañé mucho. Estoy tan contenta de que volvamos a estar juntos."*

INTRODUCCIÓN



para niños pequeños

- Ve a tres niños en el área de juegos dramáticos representando el evento. Uno finge ser bombero, otro maestro y otro estudiante. Observas sin interrumpir, sabiendo que jugar es la forma en que los niños aprenden sobre el mundo y sienten una sensación de control cuando suceden cosas aterradoras.*
-
- Notas que Jerilyn está sentada en un rincón llorando. Dices: "Veo que estás llorando. ¿Puedo sentarme aquí contigo? Esperas en silencio durante unos minutos hasta que Jerilyn dice: "Me lavé las manos y no cerré bien el agua". Está confundido y dice: "¿No cerró bien el agua?" Jerilyn sigue llorando, hasta que te das cuenta de que Jerilyn puede estar relacionando sus acciones con la evacuación por fuga de gas de ayer. Usted dice: "Jerilyn, ¿crees que tuvimos que dejar el edificio ayer porque no cierras bien el agua?" Jerilyn asiente y tú dices: "Jerilyn, eso no fue tu culpa. Tuvimos que dejar el edificio por una fuga de gas. La fuga de gas ocurrió porque se rompió una tubería. No fue culpa de nadie. Llamamos al fontanero. El plomero arregló la fuga para que todos estemos a salvo". Jerilyn te da un abrazo y luego te entrega un libro y te pide que se lo leas.
-
- En la medida de lo posible, mantenga una estructura y rutinas regulares mientras espera que los niños necesiten atención y tranquilidad adicionales.
-
- Comuníquese con los cuidadores de los niños. Escuche sus inquietudes y comparta cualquier inquietud que tenga. Trabajen juntos para encontrar formas de apoyar mejor al niño.

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

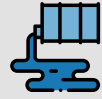
DESASTRES

*Nota: Estos son ejemplos. Use sus propias palabras y describa su propio plan.

Para obtener más recursos específicos para incidentes peligrosos, utilice el código QR a continuación.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados



Para recibir notificaciones de incidentes con materiales peligrosos, nosotros:

En caso de un incidente con materiales peligrosos, nuestro plan de respuesta es:



Apoyo a bebés y niños pequeños en torno a cuidadores discapacitados, abuso infantil y violencia en el centro de cuidado infantil

antes del evento

Tener una relación segura, estable y de apoyo sirve como un factor de protección para los niños que luego se ven afectados por un cuidador discapacitado, abuso infantil o presenciar violencia.

Revise regularmente sus políticas con los cuidadores, como proveedor de cuidado infantil, y mantenga actualizada la información de contacto. Pídales a los cuidadores que le informen sobre cualquier cambio en la custodia o eventos personales que puedan afectar a sus hijos.

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir o hacer:

Durante una admisión con una familia que inscribe a su hijo, usted revisa todos los procedimientos y dice: “Mi trabajo principal es cuidar y mantener seguro a su hijo. Por ejemplo, a veces tenemos amigos de la familia o parientes que vienen al centro a recoger a un niño, pero la persona no es alguien a quien yo estoy autorizado para entregarle el niño. Los cuidadores a veces se molestan porque están ocupados, por lo que le pidieron a otra persona que recogiera a su hijo. Incluso cuando los cuidadores se enojan, “Solo permitiré que su hijo se vaya con alguien que haya autorizado previamente. Siempre haré lo que deba hacer para mantener a su hijo a salvo”. También le dice al cuidador que usted es un informante obligatorio y le explica los procedimientos que sigue si sospecha de abuso infantil.*

Cuando hay un cuidador discapacitado, sospecha de abuso infantil o violencia en el centro

Siempre verifique con usted mismo primero. Si se siente abrumado o congelado, haga una pausa y respire profundamente (o use cualquier estrategia que funcione para usted) para que pueda seguir su plan de emergencia de manera efectiva. Pida ayuda si la necesita.

Es importante hablar con los niños incluso antes de que entiendan las palabras. Hable acerca de lo que sucede a su alrededor. En momentos de peligro, asegúreles que está allí para mantenerlos a salvo. Se honesto.

Use un lenguaje sencillo que sea apropiado para las edades de los niños.

Hágales saber a los niños lo que sucederá a continuación.

La forma en que les habla a los niños es tan importante como las palabras que usa. Los niños responden a su volumen y tono de voz. Se dan cuenta de sus emociones, expresiones faciales y lenguaje corporal.



TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir o hacer:

- Dos padres llegan a la guardería para recoger a su hijo, comienzan a discutir y luego pelean físicamente. En la oficina principal, intentas intervenir. Cuando no tienes éxito y la lucha continúa, llamas a la policía.

para bebés



- "Estás llorando mucho. Creo que escuchaste a tu mamá y papá gritar en el pasillo. Sé que quieres ir con mamá o papá, pero nos vamos a quedar aquí. Te sostendré."*



para niños pequeños

- Un maestro habla individualmente al niño que escucha a sus padres pelear. El otro maestro habla al grupo y dice: "Todos escuchan las voces fuertes en el pasillo. A veces los adultos se pelean y puede dar miedo". Haga una pausa y escuche lo que los niños tienen que decir y responda a cualquier pregunta. "¿Qué debemos hacer cuando nos enojamos con nuestros amigos y queremos gritar y pelear?"
-
- Preste atención a lo que dice a otros adultos, incluso cuando crea que los niños no están escuchando.

Después de que haya un cuidador discapacitado, sospecha de abuso infantil o violencia en el centro

Los bebés y los niños pequeños compartirán sus pensamientos y sentimientos a través del comportamiento, las emociones, el juego y, cuando puedan, el lenguaje. Observa y escucha atentamente. Comportamientos como desafío, agresión, regresión o retraimiento pueden significar que los niños están tratando de procesar cómo se sienten. También pueden ocurrir otros ejemplos de desregulación. Los proveedores deben tratar de estar disponibles para ayudar a los cuidadores a brindar apoyo.

Recuerde que está bien, e incluso es útil, hablar sobre lo que sucedió. Cuando los niños escuchan a los adultos hablar sobre experiencias y sentimientos, saben que ellos también pueden hacerlo.

Los niños que han visto afectadas sus vidas personales o sus rutinas normales tienen más probabilidades de mostrar reacciones después del evento. Fíjese en los momentos en que los niños recuerdan el incidente. No siempre es posible saberlo, pero los recordatorios comunes incluyen ruidos fuertes, discusiones, sirenas de policía, separación, ver a adultos molestos o estar molestos ellos mismos.



Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir/hacer: *

TABLA DE CONTENIDO



para bebés

- “Lloras tanto, creo que hay tantas cosas en tu vida que a tu cuerpo le cuesta sentirse tranquilo. Te sostendré y te meceré”. Continúe hablándole al bebé en un tono suave y gentil. A medida que el bebé se calma, usted participa en el juego.

INTRODUCCIÓN



para niños pequeños

- Dalton, el niño cuyos cuidadores estaban peleando, llega a la mañana siguiente con su abuela. Dices "Buenos días Dalton, ¿quién te trajo aquí hoy?" Dalton responde que su MawMaw lo hizo. La abuela dice: "Dalton se va a quedar conmigo por un tiempo". Le dices a Dalton: "A veces, cuando los padres de los niños pelean tanto, necesitan quedarse con sus MawMaws. Me alegro de que hayas venido a la escuela hoy". Haces una pausa y escuchas lo que Dalton tiene que decir y continúas: "Creo que puedes tener grandes sentimientos hoy. La Sra. Erica quiere que la acompañes y le muestres cómo te sientes en la tabla de sentimientos". Te quedas para hablar con la abuela de Dalton sobre la situación.*
-
- En la medida de lo posible, mantenga una estructura y rutinas regulares mientras espera que los niños necesiten atención y tranquilidad adicionales.
-
- Comuníquese con los cuidadores de los niños. Escuche las preocupaciones de los cuidadores y comparta cualquier inquietud que tenga. Trabajen juntos para encontrar formas de apoyar mejor al niño.

PREPARAR

RESPONDER

*Nota: Estos son ejemplos. Use sus propias palabras y describa su propio plan.

Para obtener más recursos específicos para cuidadores discapacitados, utilice el código QR a continuación.

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Apoyo a bebés y niños pequeños en torno a simulacros e incidentes con tiradores activos

Ante un tirador activo

Tener una relación segura, estable y de apoyo sirve como un factor de protección para los niños que luego se ven afectados por un incidente violento.

Revise regularmente su plan de tirador activo con los cuidadores y mantenga actualizada la información de contacto. Tenga en cuenta desde la admisión inicial de niños que pueden haber estado expuestos a violencia o trauma y pueden ser más reactivos.

Los cuidadores deben estar preparados para hablar con sus hijos antes de los simulacros y describir lo que sucederá, por qué se está haciendo y asegurarles a sus hijos que estarán a salvo. Además, el proveedor de cuidado infantil debe informar a los cuidadores que estarán disponibles para responder cualquier pregunta y brindar apoyo.

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir o hacer: *

- Durante una admisión con una familia que inscribe a su hijo, usted revisa todos los procedimientos y dice: "Mi trabajo principal es cuidar y mantener seguro a su hijo. Le digo a cada cuidador desde el principio cómo lo hago y que llevaremos a cabo simulacros de tirador activo para estar preparados para cualquier situación de emergencia". Comparte su protocolo y pide a los cuidadores que compartan preguntas e inquietudes.

Durante un incidente con un tirador activo

Siempre verifique con usted mismo primero. Si se siente abrumado o congelado, haga una pausa y respire profundamente (o use cualquier estrategia que funcione para usted) para que pueda seguir de manera efectiva su plan de tirador activo y poder explicar y brindar apoyo a los niños según sea necesario. Pida ayuda si la necesita.

El Departamento de Seguridad Nacional de Tennessee recomienda (1) Evacuar (si es posible), (2) Esconderse (si la evacuación no es posible), (3) Tomar medidas (la confrontación directa es el último recurso si su vida o la de sus hijos está en peligro).

Es importante hablar con los niños incluso antes de que entiendan las palabras. Hable acerca de lo que sucede a su alrededor. En momentos de peligro, asegúreles que está allí para mantenerlos a salvo.

Se honesto.

Use un lenguaje sencillo que sea apropiado para las edades de los niños.

Hágales saber a los niños lo que sucederá a continuación.

La forma en que les habla a los niños es tan importante como las palabras que usa. Los niños responden a su volumen y tono de su voz. Se dan cuenta de sus emociones, expresiones

faciales y lenguaje corporal.



Escanee para
ver recursos y
herramientas
relacionados

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir/hacer: *

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES

para bebés



- Cuando escuchas a tu director decir la palabra clave por el intercomunicador, cierras y bloqueas tu puerta. Al levantar a cada bebé, susurras: “No es seguro; vamos a sentarnos todos juntos”. Te sientas en medio de la habitación, recuerdas silenciar tu teléfono celular y tarareas en voz baja mientras meces a los niños.*

para niños pequeños



- Escuchas la palabra clave para un tirador activo y luego escuchas disparos. Un maestro corre para bloquear la puerta. Ustedes dicen: “Hijos, necesito que todos ustedes me sigan”. Un niño dice: “Eso era un arma”. Usted responde: “Eso fue un disparo. Sigue mis instrucciones. Nos sentaremos aquí juntos y estaremos muy callados”. Recuerdas silenciar tu celular y poner tu dedo en tus labios para recordarles a los niños que se callen. Tu co-profesor comienza a llorar. Les susurras a los niños: “Sra. Becky está llorando; Creo que puede estar asustada. Creo que todos podemos estar asustados. Practiquemos todos nuestra respiración abdominal”. Usted y su co-maestra envuelven sus brazos alrededor de tantos niños como sea posible. Notas que otros niños se toman de la mano.
-
- Preste atención a lo que dice a otros adultos, incluso cuando crea que los niños no están escuchando.

Después de un incidente con un tirador activo

Los bebés y los niños pequeños compartirán sus pensamientos y sentimientos a través del comportamiento, las emociones, el juego y, cuando puedan, el lenguaje. Observa y escucha atentamente. Comportamientos como desafío, agresión, regresión o retraimiento pueden significar que los niños están tratando de procesar cómo se sienten. También pueden ocurrir otros ejemplos de desregulación. Los proveedores deben tratar de estar disponibles para ayudar

Recuerde que está bien dar apoyo es útil, hablar sobre lo que sucedió. Cuando los niños escuchan a los adultos hablar sobre experiencias y sentimientos, saben que ellos también pueden hacerlo.

Fíjese en los momentos en que los niños recuerdan el incidente del tirador activo. No siempre es posible saberlo, pero los recordatorios comunes incluyen ruidos fuertes, espacios cerrados, ver a personas molestas, ver a personas con uniforme o ver a extraños.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir/hacer: *

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



para bebés

- Desde el incidente del tirador activo, muchos padres han sacado a sus hijos de su centro. Nota que los bebés que se quedan tienen dificultades para dejarlos y que los cuidadores se quedan más tiempo, están tensos y nerviosos y se muestran reacios a dejar a sus hijos. Usted piensa que la dificultad de los niños está asociada con la ansiedad de sus cuidadores. Cuando llegan Nora y su madre, la Sra. Dickson, dices: "Nora, creo que es difícil para ti dejar a tu mamá, y Sra. Dickson, creo que es difícil para ti dejar a Nora". Hace una pausa para escuchar a la Sra. Dickson y responde: "Muchas personas se sienten asustadas. Yo también. Quería informarle que estamos programando una reunión con el cuidador. Vamos a hablar de cómo ayudar a los niños después de lo sucedido y de los cambios que hemos hecho para aumentar la seguridad. Creo que será útil que los cuidadores estén juntos. Todos necesitamos apoyo en este momento."*



para niños pequeños

- Escuchas a un niño decirle a su amigo: "La próxima vez que haya un tipo malo, traeré un cuchillo y lo mataré. Inmediatamente responde: "¡Nosotros no hablamos así!" Después de que las palabras salen de su boca, se da cuenta de que el niño le está haciendo saber que puede estar asustado, puede pensar que podría haber detenido la situación y puede estar tratando de obtener una sensación de control. Te pones al nivel del niño y dices: "Creo que tienes muchos sentimientos importantes sobre lo que pasó". Está listo para explicar en términos simples que sus sentimientos pueden deberse a que alguien entró en la escuela y lastimó a las personas, pero cuando comienza a hablar, otros niños se acercan y comparten sus experiencias. Escuchas, reflexionas sobre lo que dicen, resaltas sus sentimientos, hablas sobre lo bien que escucharon e hicieron lo que tenían que hacer, y te enfocas en cómo los mantendrás a salvo.*
-
- En la medida de lo posible, mantenga una estructura y rutinas regulares mientras espera que los niños necesiten atención y tranquilidad adicionales.
-
- Comuníquese con los cuidadores de los niños. Escuche las preocupaciones de los cuidadores y comparta cualquier inquietud que tenga. Trabajen juntos para encontrar formas de apoyar mejor al niño.

*Nota: Estos son ejemplos. Use sus propias palabras y describa su propio plan.

Para obtener más recursos específicos para incidentes de tiradores activos, utilice el código QR a continuación.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

sesenta y cinco

© 2023
Asociación de Salud
Mental Infantil en
Tennessee

Simulacros e incidentes de tirador activo



TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCION

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES

Para recibir notificaciones de un tirador activo, nosotros:

En caso de un incidente con un tirador activo, nuestro plan de respuesta es:



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Apoyo a bebés y niños pequeños en torno a la muerte, el duelo y la pérdida

Antes de la muerte/pérdida

Tener una relación segura, estable y de apoyo sirve como un factor de protección para los niños que luego se ven afectados por la muerte, el duelo o la pérdida.

En la admisión, pregunte a los cuidadores sobre las experiencias de los niños en torno al duelo y la pérdida. Si el niño ha experimentado una pérdida recientemente, pregunte cómo la familia le explicó la pérdida al niño y sobre cualquier ritual o creencia espiritual que sería útil conocer. Hágales saber a los cuidadores que desea mantenerse actualizado sobre eventos importantes en la vida del niño y que si la familia experimenta alguna pérdida u otros cambios en la vida (por ejemplo, mudanzas o separaciones), le gustaría poder apoyarlos.

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir o hacer: *

- En el momento de la admisión, pregunta a todos los cuidadores sobre las experiencias de los niños, incluidas las relacionadas con la muerte, porque sabe que el duelo puede afectar el comportamiento de un niño y que los problemas relacionados con la muerte a menudo surgen en su salón de clases, más comúnmente cuando un miembro de la familia o una mascota del niño ha muerto. Usted le dice al padre de una niña de 3 años y medio: "Una de las cosas que es importante para mí al inscribir a su hijo es entender realmente a su hijo. Cuanto más sepa, mejor podré satisfacer sus necesidades". Usted hace preguntas, incluidas las sugeridas en este conjunto de herramientas. Explique además: "A veces los niños hablan entre ellos sobre cosas como ir a un funeral o decir que alguien está en el cielo. Dado que estos son temas tan personales, los cuidadores a veces se sorprenden cuando sus hijos llegan a casa y hablan sobre lo que dicen sus amigos. ¿Hay algo que le gustaría que supiera sobre las creencias espirituales o religiosas de su familia?"*

Después de la muerte/pérdida

Es importante hablar con los niños incluso antes de que entiendan las palabras. Hable acerca de lo que sucede a su alrededor. En momentos de duelo, asegúreles que usted y otros adultos están allí para cuidarlos y mantenerlos a salvo. Tenga en cuenta lo siguiente cuando hable con los niños sobre el duelo y la pérdida: Se honesto.

Use un lenguaje sencillo que sea apropiado para las edades de los niños. Hágales saber a los niños lo que sucederá a continuación.

Preste atención a lo que dice a otros adultos, incluso cuando crea que los niños no están escuchando.

Los bebés y los niños pequeños compartirán sus pensamientos y sentimientos a través del comportamiento, las emociones, el juego y, cuando puedan, el lenguaje. Observa y escucha atentamente. Comportamientos como desafío, agresión, regresión o retraimiento pueden significar que los niños están tratando de procesar cómo se sienten. También pueden ocurrir otros ejemplos de desregulación. Los proveedores deben tratar de estar disponibles para ayudar a los cuidadores a brindar apoyo.



Recuerde que está bien, e incluso es útil, hablar sobre lo que sucedió. Cuando los niños escuchan a los adultos hablar sobre experiencias y sentimientos, saben que ellos también pueden hacerlo.

Fíjese en los momentos en que a los niños se les recuerda la muerte/pérdida. No siempre es posible saberlo, pero los recordatorios comunes incluyen personas con el mismo rol o que se parecen a la persona que murió (por ejemplo, una abuela que recoge a otro niño puede recordarle a otro niño a su abuela que murió recientemente), sentimientos de tristeza o ver a otras personas molestas o llorando.

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir/hacer: *

para bebés



- Rachel ha estado llorando todo el día; se detiene y se acerca cuando entra Becky, la gerente de la oficina. Le dices a Becky: "Creo que le recuerdas a Rachel a su mamá. Todos tienen el mismo cabello largo y castaño. Si tienes un minuto y quieres abrazar a Rachel, estaría bien". Le dices a Rachel: "Extrañas mucho a tu mamá".*

para niños pequeños



- Te enteras de que un niño en tu salón de clases de 4 años tuvo un accidente automovilístico y murió. Estás conmocionado. No puedes imaginar tu centro sin esta niña brillante y activa que parecía llevar alegría y risas dondequiera que fuera. Decide consultar con un padre en su centro que también es terapeuta infantil. Ella ofrece los siguientes consejos sobre cómo hablar con los niños sobre la muerte.
- Use palabras simples y honestas para explicar lo que sucedió.
- Está bien, e incluso es útil, usar la palabra muerte. Los niños no entienden palabras como "falleció", "se fue", "se perdió" o "descansa en paz". Usar estas palabras puede ser confuso para los niños porque les cuesta entender la permanencia de la muerte.
- Es útil explicar que el cuerpo de la persona dejó de funcionar y que ya no puede hablar, moverse, comer, respirar o jugar.
- Cuando alguien muere a causa de una enfermedad, es importante que los niños sepan que, si bien algunas personas mueren a causa de una enfermedad grave, la mayoría de las veces cuando las personas se enferman, mejoran.
- Está bien que los niños sepan que estás triste.
- Hágalos saber a los niños que está bien sentirse triste y también seguir jugando y pasando momentos felices.
-
- En la medida de lo posible, mantenga una estructura y rutinas regulares mientras espera que los niños necesiten atención y tranquilidad adicionales.
-
- Comuníquese con los cuidadores de los niños. Escuche las preocupaciones de los cuidadores y comparta cualquier inquietud que tenga. Trabajen juntos para encontrar formas de apoyar mejor al niño.

*Nota: Estos son ejemplos. Use sus propias palabras y describa su propio plan.



Escanee para
ver recursos y
herramientas
relacionados

Apoyo a bebés y niños pequeños en tiempos de pandemia

- Tener una relación segura, estable y de apoyo sirve como factor de protección para los niños afectados por una pandemia.
-
- Revise regularmente su plan de emergencia con los padres y mantenga actualizada la información de contacto.
-
- Siempre verifique con usted mismo primero. Si se siente abrumado o congelado, haga una pausa y respire profundamente (o use cualquier estrategia que funcione para usted) para que pueda seguir de manera efectiva su plan de emergencia para una pandemia. Pida ayuda si la necesita.
-
- Es importante hablar con los niños incluso antes de que entiendan las palabras. Hable acerca de lo que sucede a su alrededor. En momentos de peligro, asegúreles que está allí para mantenerlos a salvo.
- Se honesto.
- Use un lenguaje sencillo que sea apropiado para las edades de los niños.
- Hágales saber a los niños lo que sucederá a continuación.
-
- La forma en que les habla a los niños es tan importante como las palabras que usa. Los niños responden a su volumen y tono de su voz. Se dan cuenta de sus emociones, expresiones faciales y lenguaje corporal.
-
- Preste atención a lo que dice a otros adultos, incluso cuando crea que los niños no están escuchando.
-
- Los bebés y los niños pequeños compartirán sus pensamientos y sentimientos a través del comportamiento, las emociones, el juego y, cuando puedan, el lenguaje. Observa y escucha atentamente. Comportamientos como desafío, agresión, regresión o retraimiento pueden significar que los niños están tratando de procesar cómo se sienten. También pueden ocurrir otros ejemplos de desregulación. Los proveedores deben tratar de estar disponibles para ayudar a los cuidadores a brindar apoyo.

Recuerde que está bien, e incluso es útil, hablar sobre lo que sucedió. Cuando los niños escuchan a los adultos hablar sobre experiencias y sentimientos, saben que ellos también pueden hacerlo.

El estrés relacionado con la pandemia de los niños dependerá del impacto que haya tenido en su familia. Por ejemplo, los niños cuyas familias son proveedores de atención médica, cuyo cuidador ha perdido su trabajo o que tienen un familiar enfermo pueden tener más reacciones conductuales y emocionales.



TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Lo que los proveedores de cuidado infantil podrían decir/hacer: *



para bebés

- Un nuevo bebé está inscrito en su salón de clases. Te encuentras con la familia afuera, te paras a más de seis pies de distancia, saludas al niño sin tu cubrebocas y luego dices: "Ahora me voy a poner el cubrebocas para mantenerte a salvo".*



para niños pequeños

- Escuchas por casualidad a Mikey que no quiere jugar en el centro de artes y manualidades con Grace porque lleva una máscara. Aprende del cuidador que se alienta a Grace a usar una máscara para prevenir enfermedades durante una pandemia. Rápidamente interviene diciendo: "Grace usa una máscara para evitar enfermarse, pero eso no significa que Grace esté enferma. Cualquier persona puede enfermarse, pero todos podemos usar máscaras y lavarnos las manos para estar lo más seguros posible". Ayudas a los niños a comenzar sus proyectos de arte.
-
- En la medida de lo posible, mantenga una estructura y rutinas regulares mientras espera que los niños necesiten atención y tranquilidad adicionales.
-
- Comuníquese con los cuidadores de los niños. Escuche las preocupaciones de los cuidadores y comparta cualquier inquietud que tenga. Trabajen juntos para encontrar formas de apoyar mejor al niño.

*Nota: Estos son ejemplos. Use sus propias palabras y describa su propio plan.

Para obtener más recursos específicos sobre pandemias, utilice el código QR a continuación.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Folleto 1

Los niños crecen, aprenden y prosperan a través de relaciones sensibles y receptivas con los adultos.

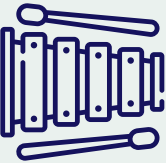
En las relaciones de apoyo, los niños aprenden...



- Cómo calmar y lidiar con grandes sentimientos.
- Los niños no nacen con la capacidad de manejar sus emociones. Sostener, mecer o hablar en voz baja a un niño que está asustado, enojado, decepcionado o sobreexcitado lo ayudará a calmarse. Con el tiempo, aprenderán formas de calmarse solos o buscarán apoyo cuando lo necesiten.



- lo que es seguro y lo que es peligroso; ¿Qué es aceptable y qué no?
- Los niños necesitan que los adultos los mantengan a salvo. Los niños lo observan de cerca y aprenden acerca de la seguridad y el comportamiento apropiado en función de sus respuestas. Aprenderán qué es lo que te asusta o enoja y cómo controlas tus emociones.



- Es seguro explorar, jugar y aprender.
- Cuando los niños confían en que los apoyará en el manejo de sus emociones, los mantendrá seguros y estará allí cuando lo necesiten, podrán concentrarse en su “trabajo” de jugar y aprender.



- Cómo funcionan las relaciones.
- Los niños interactúan con unos pocos adultos especiales. Cuando trata a un niño con cuidado y amabilidad, el niño aprende que la mayoría de las personas son cariñosas y amables. A su vez, aprenden a ser cariñosos y amables con los demás.

**Las relaciones importan:
Eres importante en la vida de un niño.**

Folleto 2

Diez consideraciones para bebés y niños pequeños después de desastres y eventos violentos

En relaciones de apoyo, los niños aprenden

1. 1. Los bebés y los niños pequeños se ven afectados por los desastres y los traumas. No son "demasiado jóvenes" para darse cuenta, pero es posible que no tengan el lenguaje o las habilidades para decirle cómo se sienten. La forma en que reaccionan y su recuperación a menudo depende de los recursos de la comunidad y de las respuestas de sus cuidadores.
2. 1. Los bebés y niños pequeños expuestos a desastres y traumas pueden mostrar cómo se sienten a través de
 - b. cambios en sus comportamientos y emociones.
 2. Pueden llorar más, ser más pegajosos o más retraídos.
 3. Pueden mostrar regresión (como mojar la cama después de haber sido entrenados o pérdida del lenguaje
 - d. habilidades).
 5. Pueden mostrar nuevos miedos, problemas para dormir o jugar repetidamente con lo que pasó.
 6. Pueden tener más dificultad para prestar atención y ser más desafiantes, activos o
 7. agresivo.
- mi. 8. Los bebés muy pequeños responderán con cambios en el llanto, la alimentación, el sueño y la eliminando, y sobresaltándose fácilmente o teniendo una postura corporal rígida.
3. Los factores de riesgo de diferentes desastres o traumas pueden sumarse, dando como resultado un aumento en la respuesta al estrés.
4. Es importante tener esperanza. Con el apoyo de la comunidad y la familia, la mayoría de los niños se recuperarán después de desastres o eventos violentos.

Formas de ayudar a los bebés y niños pequeños

5. Los niños necesitan el apoyo de los cuidadores, maestros y otros adultos.
6. Restablecer rutinas para bebés y niños pequeños después de desastres u otra violencia; trate de brindarles oportunidades para que jueguen, se relajen y se recuperen.
7. Los bebés y los niños pequeños necesitan atención y afecto adicionales después de un desastre o evento violento.
8. Esté preparado para escuchar a un niño pequeño. Averigüe lo que saben, responda cualquier pregunta, explique lo que está sucediendo de una manera que puedan entender.
9. Esté atento a los desencadenantes del trauma (cosas que le recuerdan a su bebé/niño pequeño del evento). Cuando los niños se portan mal sin motivo aparente, es posible que estén respondiendo a un desencadenante traumático.

Apoyo para adultos

- 10 El autocuidado de los adultos que cuidan a los niños pequeños es muy importante. Si están disponibles, es importante que los adultos usen los recursos de la comunidad, apoyen a otros y permitan que otros los apoyen.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Sintonizando

Cómo leer las señales de un bebé y responder apropiadamente

1. Es muy importante leer las señales de un niño y responder de una manera adecuada y enriquecedora. Responder a las señales de un niño con cariño no siempre es fácil de hacer, pero hace que su apego sea seguro. Tomemos unos minutos para ver cómo se está sintonizando con los niños bajo su cuidado.
- 2.
3. Es especialmente importante responder consistentemente a un niño de una manera cariñosa después de un desastre para ayudarlo a saber que sus necesidades son importantes y serán satisfechas.

Aquí hay algunas preguntas para ayudar con la sintonización:



- ¿Qué está(n) sintiendo o experimentando este(s) niño(s) en este momento?
-
- ¿Qué señales me están diciendo con esto?
-
- ¿Están estresados? Si es así, ¿por qué?
-

- ¿Qué necesitan o quieren de mí en este momento?
-
- ¿Qué palabras podría usar para describir lo que me están diciendo?
-
- ¿Cómo puedo usar mi voz y el tacto para comunicar que entiendo y me importa?
-

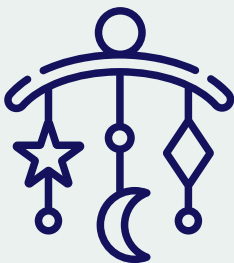


- ¿Qué más podría hacer para consolarlos, ayudarlos o divertirme con ellos?
-
- ¿Cómo podría ayudar a los niños bajo mi cuidado el repasar estas preguntas con regularidad y hacer que nuestro apego sea aún más fuerte?
-

- ¿Qué parte de estar en sintonía con los niños se siente desafiante?
-

- ¿Cuáles son algunos mensajes que escuchó cuando era niño o en el pasado que hacen que sea difícil estar en sintonía con los niños?
-

- ¿Cuáles son las formas en que está anulando los mensajes que puede tener de su pasado que impactan estar en sintonía?



Creciendo juntos

La importancia de la comunicación con los niños después de una emergencia o desastre



1. Hablar con los niños después de un desastre puede ser un desafío. Los proveedores de cuidado infantil pueden tener la tentación de no hablar al respecto, pero esto puede causar angustia y confusión a los niños. Lo más probable es que los niños escuchen a otros hablar sobre el desastre y pueden inventar detalles incorrectos en su cerebro si no tienen la información.



- 2.
3. Es importante hablar con los niños sobre el desastre de manera adecuada. Tenga en cuenta que no tiene que entrar en detalles inquietantes. Aquí hay algunos pasos que pueden ser útiles:
4. Proporcione una breve declaración apropiada para el desarrollo de lo que ocurrió.
5. Valide cómo se pueden sentir sus hijos.

Ejemplo:



1. Hubo un tornado que pasó cerca anoche. Es posible que se sienta asustado y ansioso. "Estoy aquí para mantenerlos a salvo sabiendo sobre el clima y trasladándonos a un lugar seguro en nuestro edificio si alguna vez hay una tormenta".

Otros consejos útiles de comunicación:

1. Es útil que indique cómo se pueden sentir los niños, incluso si no lo entiende.
- 2.
3. Di cosas como "Estoy aquí contigo", "Está bien sentirte triste o asustado", "Sé que esto es difícil", en lugar de decir "¡Está bien!". "¡Estás bien!" Hacer declaraciones como esta puede hacer que el niño se sienta incomprendido y solo.
- 4.
5. Puede compartir algunas cosas que hace para sentirse seguro y tranquilo. "Me gusta leer un libro cuando me siento preocupada. ¿Te gustaría leer juntos?"



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados

Infantes y Desastres

Incluso antes de que los bebés puedan entender lo que sucede a su alrededor, se ven fuertemente afectados por lo que sucede en su entorno. Los cuerpos y cerebros de los bebés reaccionan a eventos estresantes, y cuando experimentan estrés crónico, el estrés puede afectar su desarrollo físico, así como su capacidad para sentirse seguros y relacionarse con los demás.

Una relación segura, estable y de apoyo con un adulto que los cuida ayuda a los bebés durante un desastre y es un factor clave que contribuye a la recuperación de los bebés después del desastre.

Después de un desastre, los signos de estrés para los niños pequeños pueden ser:

- Parecer triste con frecuencia
- Falta de interés en el medio ambiente o en otras personas.
- Llanto intenso y prolongado
- Dificultad para ser calmado
- toque de rechazo
- Tener rigidez muscular, inquietud, agitación o respuesta de sobresalto intenso
- Problemas de alimentación, sueño o eliminación.

Cómo apoyar a los bebés y a los cuidadores después de un desastre:

- Observe lo que calma al bebé.
- Rodee al bebé con los tipos de contacto, movimiento, música e iluminación que lo hagan sentir cómodo.
- Mantener rutinas y cuidados constantes.
- Cuando un bebé está asustado o molesto, o cuando suceden cosas aterradoras, asegúrese de que el bebé esté con un cuidador familiar.
- Proporcione apoyo al cuidador del bebé.



Simulacros de desastre: apoyo a bebés y niños pequeños









Los simulacros de desastre pueden asustar a los bebés y niños pequeños. A menudo incluyen ruidos fuertes e implican cambios en la rutina. Es importante que los cuidadores preparen a los niños pequeños para cualquier simulacro de desastre, ya que los niños pequeños pueden tener dificultades para diferenciar entre un simulacro y una emergencia real. Las siguientes recomendaciones ayudarán a los bebés y niños pequeños durante o después de los simulacros de desastre.

- Informe a los cuidadores con anticipación cuando se planeen los simulacros. Proporcione información sobre la secuencia de actividades que se esperan durante los simulacros para que puedan ayudar a preparar a los niños.
- Cuando sea posible, informe a los niños que cuando ocurre un simulacro, no significa que haya una emergencia. Explique que, aunque es poco probable que ocurran emergencias, los simulacros les ayudan a aprender a estar seguros.
- Es más probable que los niños con retrasos en el desarrollo, discapacidades o antecedentes de trauma se enojen durante el simulacro. Asegúrese de que estén debidamente preparados.
- Observe a los niños con atención durante el simulacro, ya que pueden alterarse. Como siempre, anteponga las necesidades actuales de los niños al simulacro.
- Anime a los niños a usar las habilidades de afrontamiento que han aprendido previamente durante el simulacro.
- Durante el simulacro, elogie a los niños por seguir las instrucciones y agrádezcales su participación.
- Escuche y observe a los niños para aprender cómo se sienten y qué entienden sobre la situación.
- Hable con los niños después del simulacro sobre lo que sucedió.
- Ayude a los niños a desarrollar empatía por otras personas que podrían estar asustadas al normalizar las reacciones naturales de miedo de los niños durante el simulacro.



Apoyo a bebés y niños pequeños durante emergencias

Durante las emergencias, es natural que tanto los adultos como los niños reaccionen con emociones fuertes. Estas emociones pueden ayudarlo a actuar rápidamente y garantizar su propia seguridad, así como la seguridad de los niños bajo su cuidado. Los bebés y los niños pequeños observarán sus respuestas para comprender la seguridad o el peligro de la situación y responderán en función de cómo lo vean reaccionar. Las siguientes recomendaciones ayudarán a apoyar a los bebés y niños pequeños durante una emergencia.

<ul style="list-style-type: none"> • Consulte con usted mismo. Haga una pausa y respire profundamente (o use cualquier estrategia que funcione para usted) para que pueda responder con emociones reguladas y una presencia "a cargo". 	
Use el plan de respuesta de emergencia que ha desarrollado como guía.	
Dé instrucciones claras que los niños puedan seguir.	
Su tono de voz debe transmitir la seriedad de la situación al mismo tiempo que transmite preocupación e interés.	
Asegúreles a los bebés/niños pequeños que lo que está haciendo y lo que deben hacer los mantendrá a salvo.	
Si es seguro, cante canciones, cuente historias y proporcione comodidad física.	
Escuche y observe a los niños para saber lo que entienden sobre la situación.	
Use un lenguaje simple y apropiado para el nivel de desarrollo para proporcionar información básica pero precisa sobre lo que está sucediendo y lo que está haciendo.	



Apoyo a los cuidadores después de los desastres

Como parte de la comunidad de cuidado infantil, brinda servicios no solo a los niños sino también a las familias de los niños. Después de los desastres, es probable que interactúe con los cuidadores que están experimentando angustia y que buscarán su apoyo y recursos. Sus interacciones positivas con los cuidadores ayudarán a apoyar las interacciones positivas de los cuidadores con sus hijos.

Consejos para apoyar a los cuidadores después de los desastres:

- Escuche las preocupaciones de los cuidadores.
- Reconozca que los cuidadores pueden sentirse impotentes para mantener seguros a sus hijos.
- Ayude a los cuidadores a comprender el poder de sus relaciones con sus hijos y cuán importantes son esas relaciones en la recuperación de los niños.
- Ayudar a los cuidadores a reconocer la importancia de su bienestar para poder brindar el cuidado que su hijo necesita.
- Concéntrese y señale los éxitos de los cuidadores.
- Prepare a los cuidadores normalizando las reacciones traumáticas comunes en los niños.
- Ofrezca información sobre cómo los cuidadores pueden ayudar a los niños después de un desastre.
- Ayude a los cuidadores a encontrar formas de hablar con sus hijos sobre el desastre. Discuta las formas en que está hablando de esto en el entorno de cuidado infantil y comparta cualquier folleto o libro que esté usando con el niño.
- Familiarícese con los recursos de la comunidad y tenga una lista actualizada de recursos que incluya despensas de alimentos, referencias de salud mental, apoyo social, asistencia financiera, etc.
- Sea consciente de la ira mal dirigida. Cuando se sienta impotente o asustado, los médicos pueden culparlo o gritarle. Sepa que esto no es su culpa.



Referencias

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES

Bonanno, G. A. y Mancini, A. D. (2012). Más allá de la resiliencia y el PTSD: mapeo de la heterogeneidad de las respuestas al trauma potencial. *Trauma psicológico: teoría, investigación, práctica y política*, 4(1), 74.

Bonanno, G. A., Westphal, M. y Mancini, A. D. (2011). Resiliencia a la pérdida y al trauma potencial. *Revisión anual de psicología clínica*, 7, 511-535.

Cassidy, J., Brett, B. E., Gross, J. T., Stern, J. A., Martin, D. R., Mohr, J. J. y Woodhouse, S. S. (2017). Circle of Security-Parenting: Un ensayo controlado aleatorizado en Head Start. *Desarrollo y Psicopatología*, 29(2), 651.

Centros de Control y Prevención de Enfermedades. (2022). Cuidando a los Niños en Desastres: Ayudando a su niño con un desastre. Obtenido de: <https://www.cdc.gov/childrenindisasters/children-disaster-help.html>

"Círculo de Animación de Seguridad". YouTube. Subido por Circle of Security International. 1 de diciembre de 2014. <https://www.youtube.com/watch?v=1wpz8m0BFM8>

Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V. y Marks, J. S. (1998). Relación del abuso infantil y la disfunción doméstica con muchas de las principales causas de muerte en adultos: Estudio de experiencias adversas en la infancia (ACE). *Revista estadounidense de medicina preventiva*, 14(4), 245-258.

Gander, M. y Buchheim, A. (2015). Clasificación del apego, psicofisiología y asimetría del EEG frontal a lo largo de la vida: una revisión. *Fronteras en Neurociencia Humana*, 9, 79.

Gehl, M. y Bohlander, A. H. Rocking and Rolling. Estar presente: atención plena en entornos para bebés y niños pequeños.

Gilliam, WS (2005). *Preescolares dejados atrás: índices de expulsión en los sistemas estatales de pre jardín de infantes*. Nueva York, NY: Fundación para el Desarrollo Infantil.

"Happy Healthy Littles Ones Circle of Security Parenting Being With and Shark Music". YouTube, subido por Sojourn Psychology, 26 de diciembre de 2016. <https://www.youtube.com/watch?v=Vy3EwAQ0lwo>

Lieberman, A. F., Ippen, C. G. y Van Horn, P. (2015). "¡No le pegues a mi mami!": un manual para la psicoterapia entre padres e hijos con niños pequeños expuestos a la violencia y otros traumas. Prensa de cero a tres. Disponible para comprar en <https://myzerotothree.force.com/s/store#/store/browse/detail/a3Gf4000000gYDwEAM>



Escanee para
ver recursos y
herramientas
relacionados

Masten, A. S. (2015). *Magia ordinaria: resiliencia en el desarrollo*. Publicaciones Guilford.

Masten, A. S. y Obradovic, J. (2008). Preparación y recuperación ante desastres: lecciones de la investigación sobre la resiliencia en el desarrollo humano. *Ecología y Sociedad*, 13(1).

Moore, K. A., Murphey, D., Beltz, M., Martin, M. C., Bartlett, J. y Caal, S. (2016). Bienestar infantil: construcciones para medir el bienestar infantil y los factores de riesgo y protección que afectan el desarrollo de los niños pequeños. <https://www.childtrends.org/publications/child-well-constructs-measure-child-well-risk-protective-factors-affect-development-young-children> (09/05/2019).

Murray, D. W., Rosanbalm, K., Christopoulos, C. y Hamoudi, A. (2014). *Autorregulación y Estrés Tóxico Informe 1: Fundamentos para comprender la autorregulación desde una perspectiva aplicada*. Informe OPRE # XXX, Washington, DC: Oficina de Planificación, Investigación y Evaluación, Administración para Niños y Familias, Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU.

Murray, V., Aitsi-Selmi, A. & Blanchard, K. El papel de la salud pública dentro del marco de las Naciones Unidas posterior a 2015 para la reducción del riesgo de desastres. *Int J Disaster Risk Sci* 6, 28–37 (2015). <https://doi.org/10.1007/s13753-015-0036-7>

Pawl, J. H. y St. John, M. (1998). Su forma de ser es tan importante como lo que hace... para marcar una diferencia positiva para los bebés, los niños pequeños y sus familias. *Cero a tres*.

Sambile, A. F. (2018). Intercambio de energía: la urgencia de pasar del autocuidado al cuidado comunitario en los asuntos estudiantiles. *La conexión de Vermont*, 39(1). <https://scholarworks.uvm.edu/tvc/vol39/iss1/7>

Schonfeld, David J. , Melzer-Lange, Marlene, Hashikawa, Andrew N. , Gorski, Peter A., y CONSEJO SOBRE NIÑOS Y DESASTRES, CONSEJO SOBRE PREVENCIÓN DE LESIONES, VIOLENCIA Y ENVENENAMIENTO, CONSEJO SOBRE SALUD ESCOLAR. Participación de Niños, Niñas y Adolescentes en Simulacros y Ejercicios de Crisis en Vivo. *Pediatría* septiembre 2020, 146 (3) e2020015503; DOI: <https://doi.org/10.1542/peds.2020-015503>

Stamm, B. (2010). *El manual conciso para la escala de calidad de vida profesional*.

La Red Nacional de Estrés Traumático Infantil. (2012). PFA: Consejos para padres para ayudar a los bebés y niños pequeños después de los desastres. Obtenido de: <https://www.nctsn.org/resources/pfa-parent-tips-helping-infants-and-toddlers-after-disasters>

Tedeschi, R. G. y Calhoun, L. G. (2004). Artículo Objetivo: "Crecimiento Postraumático: Fundamentos Conceptuales y Evidencia Empírica". *Investigación psicológica*, 15(1), 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01

Departamento de Salud de Tennessee. Red de apoyo para desastres de Tennessee. <https://www.tn.gov/health.html>. <https://www.tn.gov/health/cedep/cedep-emergency-preparedness/community-resilience/tennessee-disaster-support-network.html>



Departamento Militar de Tennessee. TEMA. <https://www.tn.gov/tema.html>.

"Comprender los comportamientos desafiantes en niños pequeños". YouTube. 25 de septiembre de 2015. Subido por CECE Early Childhood Videos en Eastern CT State U. <https://www.youtube.com/watch?v=acAjsiEKxzg>

van der Kolk, BA (2014). El cuerpo lleva la cuenta: Cerebro, mente y cuerpo en la curación del trauma. Vikingo.

Cero a Tres, Mindfulness en la Primera Infancia. <https://www.zerototres.org/?s=mindfulness%20in%20early%20childhood>

Zero to Three, "Resumen de la Encuesta Nacional de Padres y Perspectivas Clave"
<https://www.zerotothree.org/resources/1424-national-parent-survey-overview-and-key-insights>



TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

PREPARAR

RESPONDER

RECUPERAR

DESASTRES



Escanee para
ver recursos y
herramientas
relacionados

Expresiones de gratitud

AIMHiTN desea agradecer a los equipos de desarrollo de SEER y PERTT; Charlie Biggs, Angelika Cason, Hannah Frisbey, Keena Friday-Gilbert, Hunter Hancock, Rachel Hanson, Mackenzie Mattingly, Bettina Jones, Dra. Mindy Kronenberg, Melesa Love, Kelly Maupin, Dra. Diana Morelen, Precious Newbell, Dra. Joy D. Osofsky, Keosha Perry, April Scott, Shonna Trinidad, Angela Webster, Katie Woodard y todos los que contribuyeron a este proyecto.

Gracias a Allied Behavioral Health Solutions por asociarse con nosotros en el proyecto.



Gracias al Departamento de Servicios Humanos de Tennessee.



Escrito y compilado por:

charlie biggs
Hannah Frisbey
Keena viernes-gilbert
cazador hancock
raquel hansen
Mackenzie Mattingley
tolva de kerith
katherine johnson

betty jones
Dr. Mindy Kronenberg
melissa amor
kelly maupin
Dr. diana morales
Dr. Alegría D. Osofsky
Shana Trinidad
kate woodard

Diseño gráfico por: Forrest Wentzel de UT SWORPS y Betty Aubut de inFlow Productions



Este proyecto fue financiado por el Departamento de Servicios Humanos de Tennessee.



Escanee para ver recursos y herramientas relacionados