

¿Cómo hablarles a los niños sobre desastres naturales?

En los últimos días las noticias sobre los desastres ocurridos recientemente en las diferentes ciudades de nuestro país, están ocupando gran parte de los noticieros, periódicos y otros medios virtuales. Las lluvias, deslizamientos, inundaciones, terremotos y huaycos, entre otros, son algunos de los fenómenos naturales a los que nos enfrentamos como país; en muchos de los casos, llegan de improviso y nos toman desprevenidos, lo que ocasiona severos daños, materiales físicos y emocionales.

Si bien para los adultos estos acontecimientos son tristes y preocupantes, debemos ser conscientes de que pueden generar también temor en los niños pequeños. Frente a estas situaciones, somos nosotros los responsables de explicarles de qué se trata todo esto que sucede en su entorno y que genera tanto movimiento.

Primero que nada, debemos saber que los niños, por más pequeños que sean, sienten que algo malo está sucediendo ya que escuchan nuestras conversaciones, perciben nuestra preocupación y están expuestos a las imágenes de la televisión, redes sociales y otros medios de comunicación. Por ello, es necesario que les demos una explicación lo más clara, precisa y sencilla posible de la situación.

- **Dar espacios para conversar y estar disponibles:** es fundamental buscar espacios para estar en familia, acompañar a los niños y conversar con ellos sobre lo ocurrido. Asimismo, es importante brindarles tiempo para expresarse y prestarles especial atención. Debemos procurar un ambiente cálido en el que se sientan libres de expresar sus sentimientos y temores, no solo verbalmente, sino también a través de dibujos, preguntas o juegos.
- **Contestar sus preguntas con información veraz y concreta:** es probable que los niños empiecen a hacer preguntas, como, por ejemplo, ¿por qué se salió el río?, ¿por qué se rompieron las pistas?, ¿por qué se han caído los puentes?, ¿qué es un huayco?, etc. Frente a ellas, tratar de responder de



Alumnos organizan y empaquetan los donativos entregados por la familia Trener.

forma concreta. Por ejemplo se les puede decir que el agua del río se salió porque llovió tanto que se rebalsó, las pistas se rompieron porque tanta agua las debilitó, algunos puentes se han caído porque el agua del río viene con mucha fuerza y trae piedras que chocan con la estructura que sostiene el puente y que ya está debilitada, etc. Siempre es importante brindarles información sencilla, usar ejemplos y ser honestos.

- **Tomar en cuenta la edad del niño y sus conocimientos:** cuando un niño hace una pregunta, el primer paso debería ser preguntarle qué es lo que ha escuchado, qué es lo que sabe sobre la situación, qué le preocupa y qué siente. Una vez que tenemos esos datos será más fácil que le demos una explicación sobre lo sucedido y que usemos las palabras adecuadas para que nos entienda. Es necesario que regulemos la complejidad de la información en función de la edad del pequeño.
- **Mantener la calma y mostrarles que tenemos cierto control de la situación:** es importante explicarles que este tipo de desastres no ocurre siempre, pero que es necesario saber cuáles son los lugares en donde suelen presentarse para estar prevenidos. Es fundamental transmitirles seguridad y disminuir su incertidumbre, que confíen en los adultos que están con ellos y

enseñarles que tanto en la casa como en el colegio están cuidados y que, si fuera el caso que se presentara una emergencia, estamos preparados. En este sentido, es positivo conversar con ellos sobre lo sucedido, sobre nuestro plan de acción y sobre las estrategias de atención que se están implementando desde el gobierno. Además, es importante que sepan que, si bien ha habido un problema que ha afectado a muchas personas, las autoridades y la población se están ocupando de atender a los heridos en los hospitales, de brindarles apoyo para que puedan trasladarse a lugares seguros y de llevarles alimentos para que poco a poco se vuelva a restablecer el orden. El estar preparados y contar con la información precisa, aunque parezca lo contrario, permite que los niños se sientan más tranquilos.

- **Reconocer que los niños aprenden de los adultos:** recordemos que los niños están siempre pendientes de nuestras respuestas emocionales y de nuestro comportamiento. Los pequeños tienden a imitarnos, por lo que es necesario prestar especial atención a nuestras reacciones y actitudes frente a las situaciones de emergencia. Tratemos de ser cautos y mantener la calma. Igualmente evitemos retransmitir la información que recibimos de los distintos medios, si antes no hemos corroborado su veracidad; de modo que evitemos generar más confusión y pánico en la familia.
- **Validar sus sentimientos y atenderlos:** al conversar de estos temas debemos ayudarlos a reconocer sus sentimientos y permitirles expresarlos dándoles acogida. Los niños tienden a personalizar las diferentes situaciones que ven en su entorno; muchas veces piensan que ellos o sus familiares podrían ser las víctimas, y esto los atemoriza y les genera angustia. Por ello, es necesario mantener la calma y ser consistentes con la información que transmitimos.
- **Evitar que vean imágenes desgarradoras en la televisión:** en la medida de lo posible supervisar lo que los pequeños ven en la televisión. Acompañarlos y ver con ellos algunos programas nos permitirá contenerlos y brindarles explicaciones más sencillas que ellos puedan comprender y manejar.
- **Enseñar prevención:** es bueno indicarles que es importante, antes de construir una vivienda o un local, analizar el lugar y el suelo donde se va a edificar, ver si no es una zona segura o si, por el contrario, por sus características geográficas, puede resultar peligrosa. Por ejemplo, podemos enseñarles de los riesgos de construir cerca de una ladera con peligro de deslizamientos, cerca al cauce de un río, a poca distancia de un volcán, en lugares áridos donde

pueden presentarse periodos de sequía, etc. Los niños deberían conocer cuáles son los posibles fenómenos naturales de la comunidad a la que pertenecen y los peligros que estos podrían generar. También es básico que sepan qué deben hacer en una situación de emergencia y contar con un plan de acción que les permita reducir su nivel de vulnerabilidad.

- **Enseñar a ser solidarios y compasivos con los demás:** en situaciones tan delicadas como las de una emergencia o un desastre natural es importante no emitir juicios de valor ni criticar, sino más bien comprometerse con la situación y enseñarles a los niños a ser empáticos, solidarios y a brindar apoyo a quién más lo necesita. Desde pequeños es necesario que los niños aprendan que ellos también pueden colaborar y que se comprometan con pequeñas acciones desde sus posibilidades, tales como: juntar elementos de primera necesidad o víveres que pueden tener en casa para los damnificados. También, pueden escoger algunos juguetes o ropa que puedan ser útiles o dar parte de su tiempo para organizar y/o ayudar a clasificar lo recolectado, entre otras acciones. Otra forma en que los pequeños pueden intervenir es realizando campañas de prevención de desastres o del cuidado del medio ambiente, compartiendo la información con la comunidad escolar y con sus padres.

Como adultos sabemos que los desastres pueden ocurrir en cualquier momento y lugar, por ello la clave es estar preparados y ser conscientes de lo que podemos hacer como ciudadanos responsables.

Los desastres naturales atemorizan a los niños; sin embargo, podemos tomar esta situación como una oportunidad para reforzar valores y aprendizajes en nuestros pequeños.

Referencias bibliográficas:

LERNER, Roberto. Las hojas de crianza. "Los niños y las catástrofes". Ed. Letras e imágenes. Lima 2006.

¿Cómo apoyar a los niños y niñas en casos de emergencia (terremotos, inundaciones, etc.)?. En: <http://www.crececontigo.gob.cl/adultos/columnas/como-apoyar-a-los-pequenos-y-pequenas-de-las-zonas-afectadas/>.

¿Cómo hablar con los niños sobre desastres naturales? En: http://lahora.com.ec/index.php/noticias/show/1101949673#.WNFQNm_hC70.

Hablar con los niños sobre desastres naturales. En: <http://www.tipkids.com/articulo/424-Hablar-con-los-ninos-sobre-desastres-naturales>

Recomendaciones para educadores y familias. En: http://www.enre-date.org/cas/formacion_profesorado/como_hablar_de_un_desastre.

PSICOLOGÍA-Cómo hablar con los niños sobre los desastres naturales. En: <http://cruzblanca.altavoz.net/psicologia-como-hablar-con-los-ninos-sobre-los-desastres-natural/cruzblanca/2010-06-04/111727.html>.

