

*Dios es nuestro amparo y nuestra fortaleza, nuestra ayuda segura  
en momentos de angustia. (Salmos 46:1)*

## **Gestos de Ternura de la Familia para los niños y niñas en una situación de emergencia**

1. Brinde una estabilidad mínima al niño o niña, asegurando su buen estado físico, un espacio seguro y protegido para dormir y un juguete. Esta estabilidad será fortalecida también generando una rutina (hora de comida, dormir o jugar). En la medida que se logre la estabilidad y la rutina, el niño o niña van a sentirse seguros, protegidos y amados, aún en una situación de emergencia.



2. Dedique tiempo a los niños y niñas. Ellos demandarán más de su tiempo debido al temor generado por lo que experimentaron y observaron en su entorno.

3. Sea paciente y comprensivo. Los niños y niñas podrían estar asustados aún por mucho más tiempo.

4. Cuide de la espiritualidad de los niños y niñas. Orar y meditar en familia es una buena manera de pasar tiempo juntos y fortalecer la fe, esperanza y amor.

5. Recuerde que aunque estemos viviendo una situación de emergencia, los niños y niñas siguen siendo niños y niñas. Por tanto, también habrá manifestaciones propias de la edad expresadas en juegos, saltos y gritos, que pueden ser recursos adecuados a la edad para sobrellevar la situación.

6. Maneje lo que los niños y niñas miran y escuchan en el televisor, radio y redes sociales. Comparta con los niños y niñas las certezas que usted tiene, aunque sean a corto plazo, ello ayudará a reducir la ansiedad de ambos.



7. Esté preparado para contestar la misma pregunta de los niños y niñas una y otra vez. Tanto niños como adultos buscarán confirmar continuamente la información disponible, para ayudar a organizar sus pensamientos y emociones afectados por la situación de emergencia.



8. Dedique más tiempo antes de acostar a los niños y niñas a dormir. En caso necesario, permítales dormir en su habitación hasta que supere la necesidad de dormir acompañado.

9. No fuerce al niño o niña a hablar de su experiencia en el terremoto, a menos que ellos quieran. Si es así, hágalo con serenidad: lea un cuento, cante suavemente, recuerde anécdotas o deje que fluya lo infantil en ellos y en usted mismo.

10. Anime a los niños y niñas a expresar sus emociones por la vía que ellos elijan. Por ejemplo a través de juegos, dibujos, arte, historias relacionadas a su experiencia. No los fuerce si no desean expresarse. Cada niño o niña tiene un tiempo propio. No presione con preguntas, deje que ellos hablen cuando estén listos.

11. Dedique más tiempo a llevar a los niños y niñas a la guardería, centros de desarrollo infantil y/o escuelas. Si el niño o niña no está preparado para volver a la escuela, dé un tiempo para reestablecer la rutina. Lo más importante es que el niño o la niña se sientan seguros, y cuando eso suceda, no habrá problemas para quedarse sin su compañía.

12. Reduzca la presión que el niño y la niña tenga con respecto a tareas escolares y quehaceres en el hogar. Respete los tiempos individuales de recuperación de cada niño o niña.

13. Apoye a los niños y niñas a expresar sus sentimientos sobre la pérdida de seres queridos y/o mascotas, en caso que ellos quieran hacerlo.

14. Aproveche este tiempo para enseñar a los niños acerca de eventuales riesgos y emergencias como el terremoto reciente u otras situaciones que pudieran enfrentar en el futuro. Enséñeles las medidas de autoprotección.

15. Afirme que usted hará todo lo posible para proteger al niño o la niña, en caso de un sismo u otra emergencia. Repase con ellos las redes protectoras familiares y comunitarias que estén disponibles para ellos en estas circunstancias.

16. Cuide su propio corazón. Tómese tiempo para sí mismo y trátese con cariño. No se desespere, nadie tiene todas las respuestas y usted está haciendo lo mejor al cuidar a sus niños y niñas. Los padres y madres que cuidan a sus hijos e hijas, también necesitan mucha ternura. ¡Cultivando la ternura protegemos a la niñez!



Elaborado por Proyecto de Centralidad de la Niñez y Equipo Técnico de Ayuda Humanitaria y Emergencias de World Vision LACRO.