

## ¿CÓMO EXPLICARLE A NIÑOS Y NIÑAS EL ESTADO DE EMERGENCIA?

- ✓ En primer lugar, mantenga la calma. Los niños son susceptibles al estado emocional de los adultos que lo rodean. Además, explique qué es lo que está pasando con palabras simples y acordes a su edad. Evite mentir e inventar historias de fantasía.
- ✓ Dígale que es una situación excepcional y que es por un tiempo limitado, que no será para siempre.
- ✓ No lo exponga a las noticias emitidas por la televisión o radio e imágenes de redes sociales, esto solo aumentará su sensación de angustia y miedo.
- ✓ Si no quiere dormir solo, déjelo dormir con usted. Así tendrá calma y seguridad. Explíquele qué son los ruidos de cacerolazos que se escuchan y por qué lo hace la gente.
- ✓ Cuéntele que a cierta hora hay que mantenerse dentro de la casa para estar protegidos.
- ✓ Propicie un espacio para el diálogo, preguntándoles cómo se siente y qué piensan.
- ✓ Promueva la vuelta a las rutinas diarias lo más rápido posible dentro de las nuevas estructuras de cuidados.
- ✓ Promueva la vuelta a su sala cuna o jardín infantil una vez que el niño(a) esté preparado y haya recuperado su sensación básica de seguridad personal.
- ✓ La mejor estrategia para la contención es promover el juego infantil, los abrazos y el estar en la medida que el niño(a) lo necesite.
- ✓ Si es necesario, reinstale “objetos transicionales”, tales como un peluche preferido o tutos, estos objetos ayudan a los niños(as) a sentirse acompañados y seguros como si representara en parte el alivio que se siente al estar con su papá, mamá o cuidador(a).
- ✓ Preocúpese de que el entorno del niño(a) respete si él o ella no quiere ser tocado, besado o cargado.
- ✓ Se sugiere no realizar cambios como dejar lactancia materna, pañales, cambios de cama, ni incorporación de nuevos hábitos hasta que los padres estén calmados y la situación se normalice.
- ✓ Importante: Si el niño o la niña dice que tiene miedo, acójalo, abrázelo, cuéntele cuando también se ha sentido así.

Si tiene más duda o necesita acompañamiento, acérquese a cualquier miembro de nuestro equipo.

Más información en  
[www.saludstgo.cl](http://www.saludstgo.cl)

