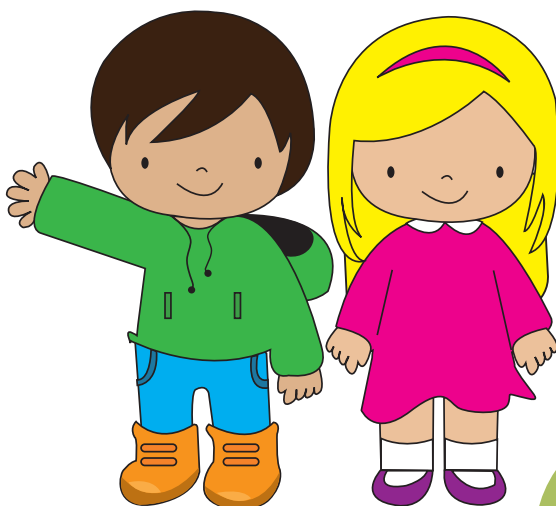




## SI LA TIERRA TIEMBLA, ESTAMOS PREPARADOS.

Manual para educadores-as para el  
manejo de conductas esperables  
de niños de nivel inicial como  
consecuencia de un sismo



Emilia Jara

Este producto fue elaborado únicamente para fines académicos, queda prohibida su comercialización pública o privada, su reproducción y copia total o parcial, así como también cualquier manipulación o tratamiento informático, electrónico, digital, por fotocopia y otro métodos sin la autorización de la autora.

Autora: Emilia Jara  
Diseño: Kimberly Ávila  
Imprenta: Pka Print & Design  
Quito-Ecuador  
2012

Este proyecto nace de la necesidad de que las instituciones educativas estén preparadas para enfrentar las consecuencias que traen a su paso los desastres naturales; en especial en las comunidades que son gravemente afectadas. No solo es cuestión de tomar en cuenta los procesos de gestión de riesgos, ya que otro elemento importante es la recuperación emocional, la cual es necesaria para retomar la vida escolar. Por lo tanto es preciso que educadores y educadoras estén debidamente preparados para ofrecer apoyo emocional para los niños y niñas que han vivido bajo el riesgo de un desastre natural.

A lo largo de la investigación ha resultado muy difícil encontrar documentos adecuadamente fundamentados que apoyen a los profesionales de la educación para el manejo de las reacciones de los niños y niñas de educación inicial cuando experimentan un desastre producido por un sismo. No se ha tratado este tema dentro de la realidad nacional ecuatoriana a pesar de ser un país que sufre constantemente del impacto de diferentes fenómenos naturales que por la falta de recursos pero sobre todo de educación, terminan convirtiéndose en desastres, dejando a su paso grandes pérdidas materiales e incluso humanas, y por lo tanto el desarrollo de las comunidades es mas lento.

Los desastres naturales en su mayoría producen reacciones tanto en adultos como niños, afectando las diferentes áreas; cognitiva, conductual y fisiológica y principalmente el área emocional, lo cual influye significativamente en la vida diaria y en las actividades que se realizan en el centro infantil.

Es importante que las educadoras sepan identificar las diferentes manifestaciones conductuales que los niños y niñas presentan como reacción a una situación de riesgo basándose en los parámetros de cada etapa del desarrollo, ya que son las primeras en notar las reacciones que conlleven a alteraciones del comportamiento al tener el primer contacto dentro del centro educativo y deben convertirse en apoyo afectivo y efectivo para el párvulo.

El objetivo de este documento es ofrecer una guía de preparación para educadores y educadoras de nivel inicial de la Institución Educativa Liceo Campoverde para enfrentar situaciones que comprometan el bienestar emocional de los niños y niñas.

**La Autora**

# **SI LA TIERRA TIEMBLA, ESTAMOS PREPARADOS.**

**Manual para educadores-as para el  
manejo de conductas esperables  
de niños de nivel inicial como  
consecuencia de un sismo**

**Emilia Jara**

## ÍNDICE

<b>Introducción</b>	<b>1 - 11</b>
<b>¿Qué es un desastre natural?</b>	<b>3</b>
<b>¿Qué es un Sismo?</b>	<b>3</b>
<b>¿En qué consiste la Gestión de Riesgos?</b>	<b>3</b>
<b>¿Porqué un sismo puede alterar el comportamiento de una persona?</b>	<b>4</b>
<b>¿Cómo entender el impacto de un sismo en los niños-as de 0 a 6 años?</b>	<b>5</b>
<b>De 0 a 2 años</b>	<b>6</b>
<b>De 2 a 3 años</b>	<b>7</b>
<b>De 3 a 4 años</b>	<b>8</b>
<b>De 4 a 6 años</b>	<b>9</b>
<b>¿Cómo entender el impacto de un sismo en los niños-as de 0 a 6 años?</b>	<b>9</b>
<b>Comportamientos que se deben evitar</b>	<b>12</b>
<b>Sacar lo positivo de una experiencia negativa</b>	<b>13</b>
<b>¿Cómo ayudar al niño-a de 0 a 6 años ?</b>	<b>14</b>

## ¿Qué es un desastre natural?

Un desastre natural se produce bajo el impacto de un fenómeno de origen natural, lo cual implica una situación de riesgo, y la combinación de niveles altos de vulnerabilidad, donde no se cuenta con los recursos materiales y humanos para afrontarlo. Los desastres se caracterizan por dejar a su paso pérdidas humanas, materiales o ambientales, dicho impacto puede afectar en la interacción de la comunidad y dejar al descubierto otros riesgos.

## ¿Qué es un Sismo?

Los Sismos son procesos geofísicos originados en la corteza terrestre o en el manto superior de la tierra, que liberan grandes cantidades de energía. Pueden clasificarse como temblores y terremotos.

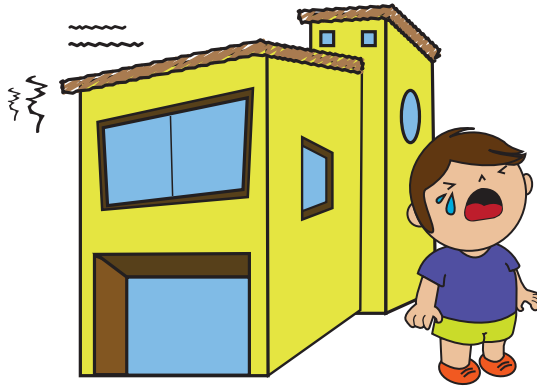
### ¿Cuáles son los efectos de un sismo ?

Como efectos secundarios pueden presentarse deslizamientos, incendios, inundaciones, ruptura de tuberías o presas de agua, avalanchas y derrames de sustancias tóxicas como también una amplia gama de daños materiales. Mientras que el efecto sobre las personas puede ser el provocar heridas, quemaduras, muertes, secuelas psicológicas y alta demanda de servicios.

## ¿En qué consiste la Gestión de Riesgos?

La gestión de riesgos es un proceso de planificación, análisis, organización y recuperación ante un desastre, es parte de un proceso social en el cual se tiene como objetivo el desarrollo sostenible de las comunidades incluyendo periodos de planificación, reconocimiento, organización y evaluación.

## ¿Porqué un sismo puede alterar el comportamiento de una persona?



Al experimentar un desastre natural se pueden modificar situaciones de vivienda, alimentación, descanso por lo tanto los seres humanos presentan reacciones esperables que son manifestaciones fisiológicas y psicológicas que muestran la capacidad de adaptación ante una situación de peligro; pueden variar en su intensidad y duración, su existencia dependerá de la persona, su edad, la manera como se vaya tratando y en ocasiones cuando no son tratadas adecuadamente, pueden desencadenar consecuencias que interfieran con el desarrollo normal de la vida familiar o escolar.

El Artículo 6 de La Convención de los Derechos del niño indica que “todo niño tiene derecho a la vida por lo que se garantizará en la máxima medida posible la supervivencia y el desarrollo” Los niños y niñas deben ser protegidos, sin importar la condición social, económica o física. Con relación a la supervivencia; los servicios básicos deben estar a disposición para su utilización inmediata, como también atención médica, alimentación, restablecimiento de la vivienda y vestimenta; y por otro lado el desarrollo implica la necesidad de reinserción al ambiente familiar y escolar con el apoyo necesario para sobrellevar el desastre. Al ser una parte de la población más vulnerable; es necesario que se restaure la seguridad y confianza para la reinserción a las actividades normales. Por lo tanto es importante ofrecer un apoyo emocional por parte de los adultos cuidadores quienes deben identificar los cambios del comportamiento que demuestren las emociones que se producen al experimentar un desastre natural.

## ¿Cómo entender el impacto de un sismo en los niños-as de 0 a 6 años?

El ser humano es un ser integrado y que por lo tanto todas las reacciones físicas, emocionales, sociales y cognitivas se encuentran relacionadas entre sí, además el ser humano es producto de la interacción con su entorno; la sociedad, la cultura, el espacio físico, las personas, y demás.

Las reacciones esperables surgen de acuerdo a varios factores como el tipo de evento que se haya vivido, el grado de organización de la familia, la etapa del desarrollo en la que se encuentre el niño, el grupo étnico, el nivel socioeconómico, el nivel de afectividad en el hogar, los mecanismos de defensa, la capacidad de adaptación, la intensidad del factor estresante, la separación del hogar, los recursos de socorro y asistencia; por lo tanto son un producto de la interacción con el ambiente y no un proceso aislado del contexto.

### De 0 a 2 años

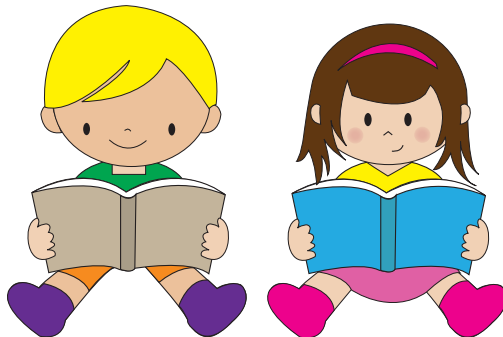
- En esta edad la reacción de los infantes depende mucho de la reacción de los adultos, ya que el vínculo afectivo es la base que brinda al infante la seguridad, confianza y autonomía para afrontar la situación; estará alerta a todos los cambios que surjan en su ambiente en los primeros dos años de vida.
- En el primer mes es normal que un bebé duerma la mayoría del tiempo, por lo que es importante controlar que estos espacios de descanso no se interrumpan de igual manera debe ser con la alimentación.
- **El apego** a la madre, padre o cuidador es trascendental para su desarrollo ya que puede reconocer la voz y olor de su madre o familiares mediante sus sentidos, lo cual lo tranquiliza

- **El llanto** es la mayor expresión ante una molestia, que puede ser física como dolor, hambre, frío, calor, incomodidad, miedo o también la necesidad de afecto de su madre o cuidador; mientras que la sonrisa manifiesta la sensación de saciedad y bienestar.
- Desde los 6 hasta los 12 meses el infante adquiere mayor **seguridad motriz**; se sienta, se para y crece en tamaño y peso, para lograr desarrollar estas destrezas es posible que requieran de apoyo de sus adultos significativos, la presencia cercana y constante les permitirá sentirse más seguros con relación a su medio ambiente.
- El lograr la **autonomía** les permite desarrollar un comportamiento de ayuda en el entorno familiar, lo cual puede ser favorable en una situación de desastre.
- En este periodo el infante pasa por un proceso de diferenciación y separación de su madre, lo cual produce **llantos y berrinches**, los cuales pueden aumentar en el caso de aumento de miedo y angustia provocados por el desastre natural.
- Más adelante también surgen emociones como la pena, simpatía, enojo, alegría, disgusto pero el llanto sigue siendo la expresión principal de las molestias.
- Al llegar a los 12 meses aproximadamente, aparecen los dientes, lo cual le puede producir molestias que lo pongan más sensible, pero cada niño reacciona de manera diferente y por lo tanto se debe estar atento ante la expresión de sus molestias.



- En esta edad la seguridad, confianza en sí mismo y en su entorno es más latente, los niños y niñas se presentan más **independientes** dentro del medio en el que se desarrollan, estas características permiten que puedan enfrentarse de mejor manera ante el impacto del desastre natural.
- Las emociones como la vergüenza son más conscientes en el caso de que surjan **conductas regresivas** como mojar la cama y es posible que surjan retrocesos en este proceso de control de esfínteres.
- Se pueden presentar **manifestaciones agresivas** como reacción ante la frustración.
- En el juego va a primar el **pensamiento mágico** lo que implica que los niños y niñas pueden interpretar los eventos que suceden a su alrededor dando explicaciones fantásticas, por lo tanto es posible identificar si al jugar emplean elementos que tengan relación al desastre natural que hayan vivido.

- El pensamiento es un poco más concreto lo que les posibilita a entender de mejor manera los eventos que suceden a su alrededor: pero aun no es capaz de **dimensionar el peligro**.
- El niño-a demanda mucha atención y aprobación pues esta **interacción** le brinda seguridad.
- El desarrollo del lenguaje mediante imitación, juego y dibujo: el aumento vocabulario aumenta significativamente y la producción de oraciones más largas; lo cual le posibilita el **poner nombre a las emociones y expresar de mejor manera sus necesidades**.
- Es posible que aumenten los episodios de **berrinches** ya que surge el deseo de agradar y ser admirado.
- En el juego con sus pares es más coordinado aunque pueden producirse desacuerdos que si producen frustración en el niño-a, se expresará mediante **acciones agresivas**.
- La culpa y preocupación alcanzan su punto máximo lo cual merece atención especial si existen **conductas regresivas** ya que esto puede influenciar en la autoestima.



- Los niños y niñas adquieren mayor consciencia sobre lo que ocurre frente a un desastre natural, por lo que es posible que desarrollen mayores temores; al conocer sobre las consecuencias que trae el fenómeno natural pueden sentirse angustiados de que suceda otra vez.
- En esta edad será frecuente que los adultos deban responder a preguntas sobre lo ocurrido y es recomendable que lo hagan con respuestas claras y directas basadas en la verdad; pero también ofrecerles afecto para sentirse cuidados y protegidos.
- Los niños-as de esta edad son capaces de manejar aspectos básicos de cómo protegerse frente a una emergencia.
- Su lenguaje se ha desarrollado hasta el punto de hablar casi como un adulto, esto permite que el niño-a sea más independiente y en el caso de vivir una situación de riesgo pueda ayudar a otros o pedir ayuda si es necesario, en general se sienten útiles y disfrutan ayudando a los adultos en sus tareas.
- Las respuestas agresivas ante la frustración se expresan más verbalmente que físicamente.

### **¿Cómo entender el impacto de un sismo en los niños-as de 0 a 6 años?**

Durante la emergencia el adulto responsable del cuidado niños y niñas debe:

- Modelar con su ejemplo respuestas saludables; mantenerse calmado, cortés, organizado y servicial.

- Hablar con calma, tener paciencia, ser receptivo y sensitivo a las necesidades de los que se encuentren a su alrededor.
- Mantenerse visible y disponible.
- Cumplir el rol que le ha sido designado.
- Estar informado y ser sensitivo con respecto a asuntos de cultura y diversidad.
- Prestar atención a sus propias emociones y reacciones físicas y tomarse el tiempo para cuidarse a si mismo.
- Hablar lentamente, en términos concretos y simples sin usar siglas ni jerga.
- Estar preparado para escuchar, al hacerlo poner toda su atención en lo que le quieren contar y en como se puede ayudar.
- Reconocer las características positivas.
- Proveer información precisa y apropiada para la edad de su audiencia.
- Sentarse o arrodillarse para estar al nivel de la vista del niño.
- Ayudar a verbalizar sus sentimientos, preguntas o preocupaciones; proveer categorías simples para reacciones emocionales comunes. No utilizar palabras extremas como "aterrorizado" u "horrorizado" porque podrían aumentar su angustia.
- Escuchar cuidadosamente y verificar con el niño-a de que entiende bien lo que quiere expresar.

Ser consciente de que los niños pueden exhibir regresión en el desarrollo de su comportamiento o uso del lenguaje.  
Utilizar lenguaje que esté a la par con el nivel de desarrollo del niño. Utilizar lenguaje directo y simple.

Reforzar estas técnicas con los padres o cuidadores para ayudarles a brindar el apoyo emocional apropiado.

La actitud que se tenga frente a la reanudación de las actividades, el restablecimiento de la rutina diaria, conversar sobre lo sucedido dando explicaciones claras y concisas, fomentar un sentimiento de solidaridad; son elementos que permitirán un mejor manejo del impacto del evento en niños y niñas.

Para lograr una conexión emocional con las reacciones de los niños y transmitirles que es normal experimentar sentimientos de pena, enojo o tristeza, se recomienda:

- Proveer contención emocional
- Conversar sobre lo sucedido
- Escuchar sin interrumpir
- Mirar a los ojos en cualquier interacción con el niño-a
- Incluir apoyo a través del contacto físico si es necesario
- No disminuir la importancia de lo que le ocurre a un niño
- Atender de manera especial los duelos individuales
- Proveer materiales para promover la expresión de emociones a través del arte.

Para restablecer las rutinas diarias lo más rápido posible se debe:

- Retomar actividades habituales en sus horarios normales como dormir, comer, jugar y compartir.
- Contextualizar la situación explicando lo sucedido y aclarando que es importante aprender a enfrentar las adversidades
- Realizar actividad física
- Proponer juegos y actividades de esparcimiento.

Para informar a los niños y niñas sobre el desastre natural se recomienda hablar con la verdad :

La información que se ofrecerá a los niños debe ser clara y medida de acuerdo a sus interrogantes, es decir que los adultos no debemos mostrar o decir más de lo que los menores deseen y necesiten saber.

- Ofrecer explicaciones adecuadas. Breves y simples.
- No exponer a los niños a la información que se entrega por televisión
- Evitar comentarios fatalistas
- Es necesario siempre hablar a los niños y niñas con la verdad, que en ocasiones puede ser dura: En un desastre natural pueden haber pérdidas humanas y materiales de gran magnitud y es importante que los niños conozcan la situación para luego saber afrontarla mediante un proceso adecuado.

### Comportamientos que se deben evitar

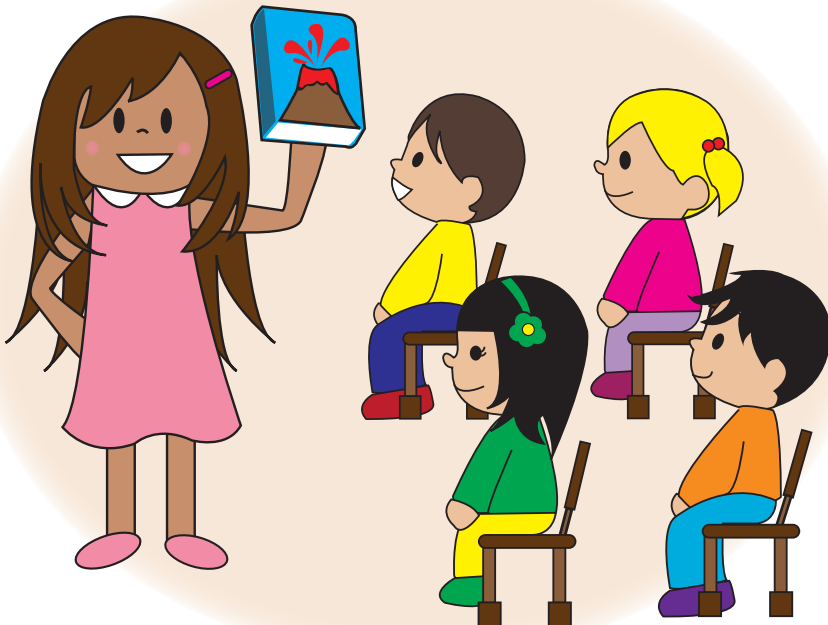
- No hacer suposiciones.
- No asumir que todos quedarán traumatizados.
- No interpretar todas las reacciones como patológicas. No catalogar reacciones como síntomas o determinar diagnósticos, condiciones, patologías o trastornos.
- No ser condescendiente es decir que no se debe enfocar en sentimientos de impotencia, debilidades, errores o discapacidades.
- No presumir que todos quieren hablar o necesitan hablar con usted ya que la presencia física en forma compasiva y calmada ayuda a las personas a sentirse más seguras.
- No pedir que le recuenten lo vivido.
- No especular ni ofrecer información que podría ser errónea.

## Sacar lo positivo de una experiencia negativa

El experimentar un desastre natural de fuerte intensidad puede producir mucha angustia y más aún cuando se vive dentro de una institución educativa. Es importante que como maestros-as tomemos esta experiencia como una oportunidad más de aprendizaje.

Luego de vivir una emergencia somos capaces de:

- Establecer procedimientos concretos de autoprotección para saber qué se debe hacer
- Evaluar el Proyecto de Gestión de Riesgos y mejorarlo.
- Identificar los lugares seguros en donde ubicarse
- Plantear procedimientos actitudinales como caminar y no correr, no usar escaleras o no exponerse a situaciones peligrosas
- Insistir en la práctica de procedimientos de evacuación frente a diversos tipos de emergencias
- Identificar a niños-as temerosos que necesiten más apoyo



## ¿Cómo ayudar al niño-a de 0 a 6 años ?

Reacciones	Formas de Ayudar
Trastornos del sueño	<p>Los niños necesitan sentirse seguros, aconsejar a los padres o cuidadores que lo permitan dormir acompañado pero haciéndole saber al niño que es algo temporal</p> <p>Establecer y hablar claramente sobre la rutina de ir a dormir, se puede ayudar con un cuento, una canción o un tiempo para abrazar al niño haciéndole comprender de que no esta solo y que esta seguro.</p>
Llanto excesivo, preocupación o angustia por estar solo	<p>Permitir que exprese su tristeza, brindar más atención.</p> <p>Recordarle al niño-a se encuentra en un lugar seguro. Evitar las separaciones por un tiempo.</p> <p>Realizar actividades positivas junto al niño para ayudarle a pensar en otra cosa.</p>
Trastornos de la alimentación	<p>Los hábitos de alimentación regresarán a la normalidad cuando el nivel de estrés del niño baje. No obligar al niño a comer.</p> <p>Se debe procurar que el momento de alimentarse sea un momento relajante y divertido.</p> <p>Si existe perdida significativa de peso es necesario consultar a un pediatra.</p>

## ¿Cómo ayudar al niño-a de 0 a 6 años ?

Reacciones	Formas de Ayudar
Conductas regresivas	<p>Evitar críticas, ya que esto puede hacerlos pensar que nunca aprenderán.</p> <p>No obligar.</p> <p>Ayudar a que el niño se sienta comprendido, aceptado, amado y apoyado ya que cuando se sienta más seguro será capaz de recuperar la habilidad perdida.</p>
Temor excesivo	<p>Hablar al niño de como se lo mantendrá seguro.</p> <p>Si algunas cosas le recuerdan el desastre y piensa que esta ocurriendo nuevamente es importante explicarle que lo que sucede es diferente.</p> <p>Asegurarse de que el niño no escuche conversaciones en las cuales los adultos expresan sus miedos.</p> <p>Enseñar formas de expresar sus miedos.</p>
Hiperactividad	<p>Ayudar a liberar energía nerviosa con ejercicios de estiramiento, corriendo, practicando deportes o con ejercicios de respiración</p> <p>Proponer actividades que el niño disfrute realizar.</p>

## ¿Cómo ayudar al niño-a de 0 a 6 años ?

Reacciones	Formas de Ayudar
Comportamientos agresivos	<p>Observar los sentimientos que el niño expresa al jugar. Ayudarle a verbalizar los sentimientos y su influencia en los demás. Ayudarle a calmarse y a que se sienta seguro. Hacerle saber que su conducta es inapropiada Sostener al niño firmemente para evitar golpes Proponer que busque otras formas de expresar su enojo o que use sus palabras para expresar lo que siente</p>
Rabietas	<p>Ser tolerante más de lo normal. Responder con amor y no con disciplina. Si las rabietas son constantes se debe establecer límites razonables. Permitir que el niño tenga el control de cosas pequeñas pero mantener un equilibrio entre las opciones y el control que se le ofrece. Celebrar cuando el niño haga cosas nuevas.</p>
Pasividad	<p>Invitar al niño a realizar actividades que el disfrute hacer. Acompañar</p>

## ¿Cómo ayudar al niño-a de 0 a 6 años ?

Reacciones	Formas de Ayudar
Trastornos del lenguaje	Utilizar palabras que denoten sentimientos comunes. No obligar a hablar pero hacerles saber que pueden hablar cuando estén listos. Estimular con historias Proveer materiales y actividades de arte y juego en los cuales pueda expresarse.

## Bibliografía

- FORO CIUDADES PARA LA VIDA. (2002) Manual No. 2: Gestión Comunitaria de Riesgos. Lima.
- WILCHES-CHAUX, Gustavo. (2002) Brújula, bastón y lámpara para trasegar los caminos de la Educación Ambiental. Bogotá: Panamericana.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y SECRETARIA NACIONAL DE GESTIÓN DE RIESGOS.(2010) Plan Institucional de Emergencias para Centros Educativos: Preparémonos para manejar mejor las emergencias y desastres.
- OLIVERA, Jorge. (2005) MARISCAL, Jorge. FERRADAS, Pedro. Manual de Gestión de Riesgo en las Instituciones educativas: Guía para docentes de educación básica regular. Lima.
- RED NACIONAL PARA EL ESTRES TRAUMÁTICO INFANTIL.(2006) Primeros Auxilios Psicológicos: Guía de Operaciones Prácticas. E.E.U.U.
- INSTITUTO NACIONAL PARA LA EXCELENCIA CLÍNICA. (2005) Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT) : Gestión de TEPT en niños y adultos en atención primaria y secundaria. Londres
- RED NACIONAL PARA EL ESTRES TRAUMÁTICO INFANTIL. (2006) Primeros Auxilios Psicológicos: Guía de Operaciones Prácticas. E.E.U.U.
- SISTEMA DE PROTECCIÓN INTEGRAL A LA PRIMERA INFANCIA CHILE CRECE CONTIGO. (2010) Apoyo Psicológico en situaciones de crisis para familias con niños y niñas de 0 a 5 años: Orientaciones técnicas para equipos de salud, educación inicial y voluntariado. Chile.
- SECRETARIA NACIONAL DE GESTIÓN DE RIESGOS.(2010) Recuperación emocional y psicológica infantil.
- SECRETARIA NACIONAL DE GESTIÓN DE RIESGOS. (2010) Apreciaciones de reacciones psicológicas en la niñez.
- UNICEF (2010) Rearmemos la vida de los niños y niñas: Guía Psicopedagógica. Chile

