La alerta de tsunami que afectó a las costas de Chile tras el terremoto en Rusia volvió a poner sobre la mesa la importancia de educar a niños y niñas para enfrentar situaciones de emergencia. En un país sísmico como el nuestro, enseñar desde temprana edad a cómo reaccionar ante un sismo, una evacuación o una eventual alerta es clave para su seguridad y contención emocional.

Para la académica de la Escuela de Pedagogía y directora del programa “Abordaje profesional PUCV ante situaciones de catástrofe”, Tatiana López, es fundamental que la formación en gestión del riesgo comience desde la infancia, incorporando herramientas que ayuden a las y los más pequeños a comprender y actuar ante situaciones adversas.

Anuncio Patrocinado

“Es importante recordar que a los niños primero hay que explicarles cuál es el riesgo que están viviendo. Si se trata de un incendio, un tsunami o un terremoto, hay que ponerle nombre a esa amenaza. Al hacer esto, los niños y las niñas comienzan a comprender qué es lo que se está vivenciando en su entorno”, explicó la docente.

La académica de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso destacó que esta educación debe ser clara, sencilla y constante. Los adultos juegan un rol clave: deben explicar los fenómenos naturales en un lenguaje que las y los niños puedan entender, utilizando recursos como cuentos, juegos, canciones, dibujos o, incluso, videos educativos breves que ayuden a ilustrar lo que ocurre.

Pero no basta con la teoría. Tatiana López subrayó la importancia de la práctica mediante simulacros familiares o escolares. “Hay que ensayar qué hacer en una situación de riesgo. Por ejemplo, dónde encontrarse, cuáles son los espacios seguros dentro de la casa, a quién llamar. Esto ayuda a que los niños tengan un plan claro”, precisó.

La académica agregó que en contextos de crisis los niños pueden experimentar miedo, ansiedad o confusión, por lo que es crucial enseñarles a reconocer y verbalizar sus emociones. “El adulto también debe expresar lo que siente: si está preocupado, si siente temor. Eso permite que los niños aprendan que está bien sentir y compartir distintas emociones frente a una misma situación”, puntualizó.

ACTIVIDADES EN EL HOGAR

Asimismo, la suspensión de clases por una emergencia suele traer consigo una inquietud inmediata en los hogares: ¿cómo acompañar a niños y niñas durante ese tiempo en casa?

Para Tatiana López, más que llenarlos de actividades, lo esencial es ofrecerles un espacio seguro donde puedan habitar el momento presente a su ritmo. “Es importante no caer en la idea de que hay que mantenerlos ocupados todo el tiempo. Algunos niños pueden necesitar

simplemente descansar, dormir o estar en silencio. Eso también es parte de la contención”, explicó.

En vez de distraerlos de lo que está ocurriendo, la recomendación es abrir espacios de escucha y permitir que cada niño exprese, o no, lo que siente, según su propia necesidad. “No todos lo vivirán igual, y permitirles ese margen de decisión es una forma de fortalecer su autonomía y su capacidad de adaptación frente a las crisis”, afirmó.

Finalmente, la académica sugirió que en el hogar se intente mantener una rutina flexible, que combine tareas, descanso, juego, convivencia con lo que está ocurriendo, y un buen descanso nocturno sin exceso de pantallas.

y tú, ¿qué opinas?