



ORIENTACIONES PARA LA ATENCION DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

Nuestro país está viviendo un momento de crisis política y social de gran intensidad, expresión de frustraciones colectivas, cuyas repercusiones aun no estamos en condiciones de dimensionar ni evaluar.

En Chile durante décadas se ha ido conformando una sociedad cuyas características estructurales han profundizado condiciones de gran desigualdad e inequidad, con graves consecuencias en las posibilidades de desarrollo y en la calidad de vida de la población. Esta realidad es especialmente grave en el caso de los niños, niñas y adolescentes.

Pedimos a nuestros gobernantes, dirigentes y medios de comunicación, responsabilidad respecto de las expresiones, informaciones y decisiones que puedan contribuir a incrementar el clima de complejidad social, violencia y temor, especialmente considerando que a través del lenguaje es posible crear realidades, esperamos se evite aumentar el daño emocional a nuestros niños, niñas y adolescentes.

Los protagonistas centrales de las demandas sociales planteadas por la sociedad son los estudiantes de nuestro país. Por esta razón nos preocupa nuevamente la criminalización y estigmatización que se suma a la intención del control preventivo de identidad a los 16 años. Llamamos especialmente la atención respecto a la falta de voluntad política de aprobar la **Ley de Garantías**, como instrumento necesario para contar con un Sistema Integral de Protección a la Niñez, reconocimiento de su derecho a participación, autonomía progresiva y su calidad de sujetos de derecho. Así mismo, nos preocupa el incumplimiento de acuerdos internacionales firmados por el Estado de Chile en materia de niñez,

Con base en nuestra formación y experiencia como profesionales, es que llamamos la atención sobre las consecuencias que la aplicación del estado de excepción tendrá en el desarrollo emocional y salud mental de la niñez.

Entretanto, queremos ofrecer algunos lineamientos para la atención de niños, niñas y adolescentes en estos momentos de crisis social, extraídos del documento **¿Qué podemos hacer en tiempos de violencia y conflicto social?**¹

¹ Elaborado por Carolina de Oteyza en estrecha colaboración con el grupo de profesionales de Apoyo en Crisis. Mayo 2014



Los niños son muy sensibles, absorben las tensiones del ambiente y tratan de entender, de acuerdo a su edad, lo que está pasando.

Los niños reaccionan al trauma de distintas maneras. La intensidad de sus reacciones dependerá, entre otras cosas, del nivel de exposición a la violencia a la que estén sometidos. Mientras más cercanos hayan estado o estén a situaciones de conflicto o traumáticas, más probabilidades tienen de que se vean afectados por ellas. Si han sido víctimas o han presenciado eventos violentos su reacción será más intensa. Por otro lado, cada niño expresa sus sentimientos de manera diferente.

Los niños, a distintas edades, tienen diferentes niveles de desarrollo emocional. Sus reacciones a situaciones de estrés dependerán y variarán de acuerdo a la edad.

Las reacciones de los niños al trauma pueden ser inmediatas o pueden aparecer mucho tiempo después.

¿Cómo responden normalmente los niños a situaciones de estrés?

Las reacciones de los niños pequeños están fuertemente influenciadas por las reacciones de los padres (o adultos que los cuidan) ante la situación.

Algunas de las reacciones típicas y normales de menores de 5 años son:

- Se aferran a sus padres o personas que los cuidan. Quieren estar pegados a ellos.
- No se quieren separar
- Lloran, gritan o se quejan con más frecuencia
- Vuelven a tener comportamientos de un niño menor (volver a hacerse pipí en la cama, chuparse de nuevo el dedo ...)
- Sienten miedo a que algo malo le pase a la persona que los cuida
- Tienen miedo a irse a dormir, a la oscuridad, a salir de la casa
- Evitan el contacto con personas o situaciones que no conocen
- Se vuelven intranquilos, corren de un lado a otro
- Se portan 'mal', haciendo cosas que no deben, se vuelven agresivos
- Se vuelven muy pasivos o callados
- Recrean eventos traumáticos a través del juego

Los niños en edad escolar (6 a 11 años), aunque todavía no entienden bien todo lo que pasa, ya perciben y saben lo que significa una amenaza para ellos y para otras



personas. A esta edad todavía les cuesta entender ideas abstractas, pero son capaces de comprender explicaciones concretas, sencillas, adaptadas a su nivel.

Es posible que los niños en edad escolar:

- se vuelvan irritables o revoltosos
- tengan estallidos de rabia o agresividad, inicien peleas, cuestionen la autoridad
- se retraigan, se aíslen, quieran estar solos
- se vuelvan reservados aun cuando estén entre amigos, familiares y maestros
- les cueste concentrarse y poner atención en la escuela, salgan mal en la escuela,
- hagan mal las tareas
- no quieran ir a la escuela
- tengan problemas para dormir, tengan pesadillas o se queden dormidos durante el día
- se vuelvan temerosos, tengan nuevos miedos o regresen miedos superados – miedo a la oscuridad, a los ruidos, a estar solos
- se depriman
- se sientan culpables por las cosas que pasan
- se quejen de problemas físicos, tengan dolores de barriga o de cabeza
- eviten las cosas que le recuerdan lo que pasa o la situación por la que pasaron

Los niños y jóvenes entre 12 y 18 años de edad entienden lo que está pasando. Perciben con claridad las amenazas reales que pueden existir. El mundo de pronto se les presenta como un lugar inseguro y peligroso. Los adolescentes son unos de los más afectados, física y emocionalmente, por la violencia en el país.

Los adolescentes pueden reaccionar de diversas maneras, a veces:

- sienten que tienen que hacer 'algo', quieren involucrarse en el conflicto social que les rodea, participar en lo que está pasando
- pueden llegar a tomar riesgos innecesarios o tomar parte en acciones violentas
- pueden sentirse indefensos, tener sentimientos de angustia, de culpa y tristeza
- tienen ganas de estar solos, sienten desánimo, se deprimen y se aíslan. Pueden llegar a tener pensamientos suicidas
- pueden abusar del uso del tabaco, alcohol y drogas
- tienen explosiones de ira, deseos y planes de venganza
- se vuelven irrespetuosos, pueden tener comportamientos antisociales
- cuando han sufrido directamente o de cerca la violencia, reviven en su mente el evento traumático, les vienen escenas de lo que pasó una y otra vez (flashbacks)



- tratan de evitar sitios o situaciones que les recuerdan lo que pasó
- se sobresaltan con frecuencia, tienen pesadillas u otros problemas para dormir
- sufren taquicardia, tienen sensación de mareo, náuseas y vómitos
- se sienten cansados, les cuesta concentrarse y realizar actividades académicas

¿Qué podemos hacer?

Recomendaciones para ayudar a nuestros hijos en estos momentos:

- Trata de mantener la calma. Los niños captan nuestra angustia.
- Mientras más tranquilos estemos con más calma responderemos a sus necesidades y ellos se sentirán más seguros.
- No hagas como si nada estuviera pasando ni evites hablar de eso. Los niños son inteligentes, saben que algo no anda bien y pueden preocuparse si creen que tenemos miedo de hablar sobre lo que ocurre. Además si no les hablamos nosotros lo hará otra gente.
- Diles la verdad. Aclara sus dudas. Explícales la situación en forma sencilla, a su nivel, sin detalles innecesarios que puedan angustiarlos más.
- Mantén una rutina y normas lo más normales posible. Mantener las rutinas - comidas, baño, juegos, dormir...- es muy importante. La rutina pone orden, les da seguridad, es 'terreno conocido', los tranquiliza. Pero no debemos ser inflexibles, al niño le puede costar concentrarse en las tareas o irse a dormir.
- Sé cariñoso, y en la medida de lo posible, mantente cerca de los niños. Nuestra presencia y el contacto físico les da seguridad, los reconforta y nos permite darnos cuenta de sus reacciones. El abrazo, el dejarlos sentarse con uno, el estar tiempo extra con ellos al acostarse, los hace sentirse queridos y a salvo.
- Permíteles y ayúdales a expresar lo que sienten, hablando o a través de vías no verbales como el arte o el juego. Explícales que es normal, en algunos momentos, sentirse bravos o tristes.
- Evita que vean imágenes violentas y estén presentes en discusiones políticas acaloradas.
- Realiza con ellos actividades positivas como juegos, cantos, dibujos, oraciones o salidas al parque si es seguro.