

Reacción de Niño a un Desastres

Quales son unas respuestas específicas para la edad?

Como reaccionan niños a un desastre?

Muchas emociones y reacciones son compartidas por gente de todas edades en respuesta a un deasatre. De cualquiere modo, atencion especial es requerida para satisfacer las necesidades de niños. Típicas reactions de niños de todas edades.

- Temor a desastres en el futuro
- Perder interés en la escuela
- Comportamiento regresivo
- Sueños perturbadores o pesadillas
- Temor a eventos relacionados con el desastre

Quales son unas respuestas que son especificas para la edad?

Preescolar (edades 1-5): Niños en este grupo son especialment susceptibles a la interrupción a sus previament vidas seguras. Porque no tienen la manera de verbalment y conceptualment para enfrentar fatiga nerviosa solos, ellos miran acia su familia para consuel. El temor major en este grupo es el abandono, niños que han perdido familia, mascotas o hasta jugetes van a necesitar que les den atención especial. Respuestas típicas incluyen:

- Chuparse el dedo
- Enuresis nocturna (mojar la cama)
- Miedo a la obscuridad o animals
- Aferrarse a sus padres
- Pesadillas
- Perder el control de la vejiga o intenstino, estreñimiento
- Defecto de pronunciación (tartamudeo)
- Perder o aumentar el apetito

Unas cosas que podran ayudar:

- Alentar expresión personal a través de juegos
- Dar tranquilo verbal y físico
- Dar les atencion constante
- Anime expresión sobre el perdido de animales y jugetes
- Planeé actividades tranquilas y serenas para antes se dormer
- Deje que los niños duerman con una luz, la puerta abierta o en el quarto de los padres o con su hermano(a) o permanseca con el niño(a) hasta que se duerma.

Temprana Niñez (edades 5-11): Comportamiento regresivo es típico en este grupo. Pérdida de mascotas o objetos importantes es muy difícil para ellos.

Respuestas típicas incluyen:

- Irritable
- Gimotear (quejarse)
- Aferrarse a los padres o otro pariente
- Volverse agresivo en la escuela o en la casa
- Competir con sus hermanos chicos por la atención de los padres
- Pesadillas, miedo a la obscuridad
- Evitar ir a la escuela
- Apartarse de sus amigos
- Perder interés o no tener concentración en la escuela

Unas cosas que podrán ayudar:

- Paciencia y tolerancia
- Jugar con adultos y amigos
- Discusión con adultos y amigos
- Relajar las expectativas en la escuela y en la casa (con el entendimiento que es solo por un tiempo corto)
- Tener quehacer en la casa o responsabilidades, pero no muy exigente
- Ensayo de el plan de emergencia que van a usar en futuros desastres

Pre-Adolescente (edades 11-14): Las reacciones de los amigos son especialmente importantes en este grupo. El niño(a) necesita saber que sus miedos son apropiados y son compartidos con otros. Las respuestas deben de disminuir tensión, ansiedad y cualesquiera sentidos de remordimiento que puedan tener.

Respuestas típicas incluyen:

- Sueños perturbadores, apetito perturbado
- Rebeldía en la casa
- Niegan hacer quehacer
- Problemas en la escuela {peleas, pérdida de interés, buscar atención}
- Problemas físicos (dolor de cabeza, tener intesti, queja psicossomático, problemas de el intestino)
- Pérdida de interés en actividades sociales

Unas cosas que podrán ayudar:

- Actividades de grupo dirigidos a volver a la rutina de siempre
- Participación en actividades de jóvenes

- ❑ Discusión en grupo dirigido a volver a vivir el desastre y ensayar la conducta apropiada que tomar en caso de desastres en el futuro.
- ❑ Responsabilidades estructuradas pero no exigentes
- ❑ La temporal relajación de las expectativas escolares
- ❑ Poner les mas attention y dar les mas consideration individual

Adolescente (edades 14-18): Casi todas las actividades e intereses de los adolescentes se concentran en sus grupos, específicos por edad. Ellos se angustian por la interrupción de las actividades de sus grupos y la falta de responsabilidades de adulto que la comunidad les asigna en tiempo de desastre.

Respuestas típicas incluyen:

- ❑ Síntomas psicossomático (problemas de el intestino, asma, sarpullido)
- ❑ Dolor de cabeza, y tension
- ❑ Sueños perturbadores, apetito perturbado
- ❑ Hipocondría
- ❑ No menstruación o menstruación dolorosa
- ❑ Agitación o bajo nivel de energía
- ❑ Apatía
- ❑ Irresponsabilidad y/o conducta delincente
- ❑ Disminución en el esfuerzo contra los padres
- ❑ Baja concentración

Unas cosas que podran ayudar:

- ❑ Alenté la participación en la comunidad, en rehabilitación o trabajos de restauración
- ❑ Alenté la participación en actividades sociales, atléticos, clubs etc.
- ❑ Alenté la discusión sobre el desastre con amigos, parientes, o alguien cercano
- ❑ La temporal relajación de las expectativas generales o escolares
- ❑ Alenté, pero no exija, la discusión de los miedos causados por el desastre entre la familia.

(Origin: Merrin County Community Mental Health Services and Santa Cruz County Mental Health Services, California)

Para mas información sobre respondiendo a las necesidades de salud mental en tiempo de crisis o para información sobre servicios de salud mental cerca de usted, llame a 1-800-789-2647.