

Auxilio en caso de desastre

Signos de angustia en niños

Cosas a tener en cuenta en el comportamiento del niño:

- actuar como un niño más chico; chuparse el pulgar; pérdida de control de esfínteres; dificultades para separarse de los miembros de la familia (llorar, alborotarse, o amarrarse a los padres cuando los mismos se van); dificultad en realizar cambios; aumento en la atadura, dependencia, o “necesidad.”
- miedo a las tormentas (lluvias, truenos, vientos).
- dificultad para dormir, pesadillas.
- no muestra signos de emoción.
- parece triste o deprimido, llorando.
- es raramente callado o está en otro mundo.
- no se interesa en cosas que usualmente le gustaban.
- se queja de dolores de cabeza, dolores de estómagos o de otros síntomas de enfermedad.
- mal comportamiento, agresión, desobediencia, contestar, ser destructivo, robar.
- explosiones de rabia, irritabilidad, cambios repentinos del humor.
- concentración pobre, sin descanso, soñando de día.
- cansancio, se duerme en la clase.
- aumento de las llegadas tardes o ausencias; no quiere ir a la escuela.
- decaimiento en el rendimiento en la escuela; no se interesa en completar las tareas.
- cambios en la relación con sus pares (de repente dedica mucho más o mucho menos tiempo con amigos).
- apegado/miedo a ser dejado solo.
- cambios en los hábitos alimenticios o en el dormir.

Un profesional de la salud, consejero del colegio, o trabajador social debería ser contactado si es que usted se da cuenta de cualquiera de los siguientes síntomas:

- un cambio muy inusual en el comportamiento o en la apariencia, y el mismo dura más de 2 semanas.
- varios tipos diferentes de síntomas (el niño parece triste, se queja de dolores de cabeza, y se duerme en clase).
- si los síntomas se notan en diferentes lugares (en diferentes clases, fuera de la escuela, en casa, con los amigos).
- si el niño amenaza o trata de lastimarse a sí mismo.
- si el niño muestra signos de abuso o descuido.

Lo que usted puede hacer

- Abraze y acaricie a su hijo a menudo.
- Reasegure a su hijo que usted está segura y que están juntos.
- Hable con su hijo sobre sus sentimientos sobre el desastre. Comparta sus sentimientos también. Dé información que el niño pueda entender.
- Hable sobre lo que pasó.
- Dedique un tiempo extra con su hijo cuando se va a dormir.
- Permita que los niños se apenen por la pérdida de sus propias pertenencias: un juguete, una colcha, su casa.
- Hable con su hijo sobre lo que usted haría si ocurriera otro desastre. Permita que su hijo ayude a preparar y planear para futuros desastres.

- Trate de dedicar tiempo extra juntos en actividades de la familia para comenzar a reemplazar los miedos con recuerdos placenteros (como saliendo a caminar cada noche o realizando un picnic).
- Si su niño está teniendo problemas en la escuela, hable con la maestra, de tal forma que puedan trabajar juntos para ayudar a su niño.

Adaptado de materiales del Servicio de la Cooperativa de Extensión de la Universidad de Illinois y de la Cruz Roja de America.

Distribuido en Mississippi por la **Dra. Louise E. Davis**, profesora de Extensión en Ciencias Humanas.

La discriminación basada en la raza, color, religión, sexo, nacionalidad de origen, edad, incapacidad, o estado veterano es una violación a la ley federal y estatal y a la reglamentación de MSU y no será tolerada. La discriminación basada en la orientación sexual o grupo de afiliación es una violación a la reglamentación de MSU y no será tolerada.

Hoja de Información 1820

Servicio de Extensión de la Universidad de Estado de Mississippi, en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. Publicado de acuerdo a las actas del Congreso, 8 de Mayo y 30 de Junio de 1914. VANCE H. WATSON, director interino (POD-07-07)