

El “efecto” terremoto en los niños menores de tres años

Publicado el **Domingo 07, Marzo 2010**

Crónica sobre las consecuencias emocionales en los menores de tres años que tuvo el terremoto del 27 de febrero, con entrevista a Patricio Celis, Director de la Carrera Psicología Santiago de la Universidad Andrés Bello. Domingo 7 de marzo, El Rancagüino.

<http://noticias.unab.cl/facultades/ciencias-sociales/el-efecto-terremoto-en-los-ninos-menores-de-tres-anos/>

El “efecto” terremoto en los niños menores de tres años

Despertar a las 3:30 de la madrugada con un fuerte movimiento, acompañado de un intenso ruido, mientras caen juguetes y sus padres los abrazan asustados, es una experiencia compleja de asimilar para los niños menores de tres años.

Por eso no es de extrañar, que luego del terremoto muchos pequeños dejaran de hablar por horas, sufrieran síntomas estomacales, llorarán más de lo normal o no quieran quedarse solos.

Todas las personas viven en menor o mayor grado los efectos emocionales de un desastre natural y los niños menores de tres años no están ajenos a esas consecuencias.

Un estudio realizado en por la Universidad de Estambul, en Turquía, luego del terremoto 7.4 en la escala de Richter, que azotó la región de Mármara en 1999, determinó que gran número de menores manifestó severos síntomas psicológicos después de evento. La evaluación psiquiátrica a 102 niños determinó que el miedo más frecuente era “estar solo” (96%) y que el trastorno más común era estrés agudo (74,5%).

Patricio Celis, Director de Psicología de la Universidad Andrés Bello, explica que pese a que los menores de tres años a aún no comprenden cognitivamente toda información relativa a un desastre como el ocurrido, sí son capaces de darse cuenta de todo lo que sucede. La tensión vivida la pueden expresar con mayor irritabilidad, llanto, miedo a estar solos, no quieren comer, están ansiosos e incluso presentan cambios tan drásticos como orinarse, pese a ver dejado los pañales hace tiempo.

“La principal recomendación es estar cerca de ellos, ojala el papá y la

mamá, sino una persona significativa que los sostenga y los haga sentir más seguros”, sostiene Celis. Además, los padres no pueden dejar de explicarles las razones por las cuales sucedió el terremoto: “Hay que explicarles qué les paso, adecuando el discurso a su capacidad comprensiva, todos pueden comprender la realidad.”

TIEMPO PARA EXPLICAR

Un niño no suelen entender la complejidad de un terremoto y, por eso, experimenta confusión, ansiedad y temor. Como los padres suelen enfocar su preocupación en la seguridad física del niño y la familia, muchas veces la atención de las consecuencias emocionales de eventos como estos son a menudo olvidadas.

El rol de los adultos es detectar esos cambios y no minimizar el efecto que en ellos puede tener. “Los efectos son diferentes y quienes primero pueden detectarlo son las personas cercanas y deben asumir la responsabilidad de explicarles qué sucedió con el vocabulario adecuado paso a paso”, sostiene. Decirles por qué se producen los terremotos y por qué ocurren estos fenómenos en Chile.

Es de gran importancia que la familia permanezca unida. Unión que les proporciona seguridad inmediata al niño y que no serán abandonados ni desprotegidos. La contención emocional, dice Celis, es una medida de apoyo muy importante: “el apoyo familiar, comunitario, los vecinos se organizan, todo eso que es de sentido común sirve para disminuir las reacciones de estrés postraumático”.