



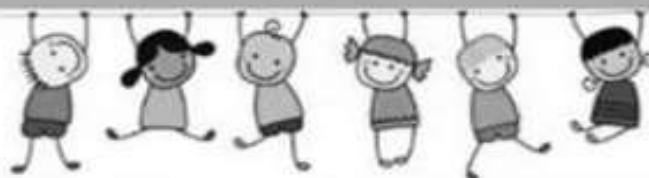
COLEGIO MILITAR ALMIRANTE PADILLA
Dto. Orientación Escolar Abril 21 de 2020



**FAMILIA PADILLISTA: SIGAMOS LAS RECOMENDACIONES
PARA MAYOR TRANQUILIDAD**



**PARA EL CUIDADO DE
NUESTROS NIÑAS, NIÑOS Y
ADOLESCENTES.**



**Manejo de niños , niñas y
adolescentes en estado
social de emergencia**

- **Proteger de la exposición de imágenes de violencia o caos.**
- **Estar atento a las preguntas o temores que ellos pudieran presentar, procurando entregar mensajes de seguridad y protección en un lenguaje claro y sencillo.**
- **Permitirles y ayudarlos a expresar sus emociones.**
- **Darles afecto y transmitirles seguridad. estar atento a sus necesidades durante la crisis, ser pacientes frente a posibles cambios o reacciones.**
- **En caso de que deba ausentarse del hogar informele donde estará y como puede ubicarles.**

Tenga presente que:

- **los niños a distintas edades tienen diferentes niveles de desarrollo emocional, sus reacciones a situaciones de estrés variaran y dependerán de la edad.**
- **Las reacciones de los niños al trauma pueden ser inmediatas o pueden aparecer al tiempo después.**
- **Recuerda el contacto físico ayuda ! abrazos, besos, palamaditas, a veces un abrazo es todo lo que necesitan para sentirse mejor.**
- **no les exijas que sean valientes, no te enojas si muestran emociones fuertes, no permitas que sus reacciones te molesten, no los sobrecargues con tus miedos o angustias, no los minimices o menos precies sus temores.**



**SI EL MIEDO Y LA ANGSTIA
SON DESBORDANTES RECURRIR A
AYUDA PSICOLÓGICA**

- Escuche sus preocupaciones, ayúdeles a encontrar formas positivas para expresar sus sentimientos
- Genere un ambiente de tranquilidad y seguridad
- Proporcione información clara y sencilla, adaptada a la edad. Evite hablar de rumores o información no verificada
- Mantenga rutinas y horarios que incluyan jugar, aprender y relajarse
- Los niños y las niñas tienen que estar junto a sus padres, madres y/o cuidadores siempre que sea posible y seguro
- Busque o genere actividades para realizar con los niños durante el aislamiento o cuarentena: juegos, actividades lúdicas, ayudar con los oficios de la casa

#ConectadosParaCuidarnos

¿Cómo ayudar a los niños y a las niñas a afrontar el estrés durante el brote de coronavirus?



Escuche sus preocupaciones, ayúdeles a encontrar formas positivas para expresar sus sentimientos



Genere un ambiente de tranquilidad y seguridad



Proporcione información clara y sencilla, adaptada a la edad. Evite hablar de rumores o información no verificada



Mantenga rutinas y horarios que incluyan jugar, aprender y relajarse



Los niños y las niñas tienen que estar junto a sus padres, madres y/o cuidadores siempre que sea posible y seguro



Busque o genere actividades para realizar con los niños durante el aislamiento o cuarentena: juegos, actividades lúdicas, ayudar con los oficios de la casa

Organización Mundial de la Salud (OMS). Cómo ayudar a los niños y las niñas a afrontar el estrés durante el brote de coronavirus, 2020. Vectores creados por freepik.com

www.redpapaz.org

 [RedPaPaz.org](https://www.facebook.com/RedPaPaz.org)

 [RedPaPaz](https://twitter.com/RedPaPaz)

 [@red.papaz](https://www.instagram.com/red.papaz)

A photograph of a family of three walking away from the camera on a sandy beach at sunset. The sun is low on the horizon, creating a warm, golden glow. The father is on the left, the mother on the right, and a small child is in the middle, holding hands with both parents. The ocean is visible in the background.

**UNA FAMILIA
QUE ORA UNIDA
PERMANECE
UNIDA**

**PERO YO Y MI CASA SERVIREMOS A
JEHOVÁ. JOSUÉ 24:15**