

02 Consecuencias de las Crisis, Emergencias y Desastres en los estudiantes

Las situaciones de emergencia y desastres originan en los niños, niñas y adolescentes una serie de manifestaciones que son propias de la forma de reaccionar ante estos eventos. Si bien son esperables que ocurran, también pueden causar gran malestar e implican riesgo de desencadenar reacciones más complejas si no se manejan de forma adecuada.

¿Cómo reaccionan los niños, niñas y adolescentes ante una situación de crisis, emergencias y desastres?

Frente a una situación de crisis inesperada, especialmente cuando es por causa natural, puede cambiar drásticamente la percepción del mundo que los niños, niñas y adolescentes (NNA) tenían hasta ese momento. El entorno y lo que sucede en él se vuelve impredecible, generando muchas veces temor y ansiedad por la incertidumbre de no saber qué sucederá en el futuro, o cuando se repita una situación de crisis.

Los NNA podrán experimentar una serie de reacciones como respuesta a:

- La experiencia de daño y/o amenaza en sí mismo
- Percepción de vulnerabilidad del adulto: riesgo de daño a sus padres y personas significativas
- Duelo por la pérdida de personas, mascotas, lugares u objetos significativos.

Existen reacciones que son comunes para todas las edades, y otras más específicas según la etapa de desarrollo. Los NNA, también son vulnerables a los efectos negativos de la crisis, por lo que es necesario desmitificar la idea de que al ser pequeños la situación no les impacta significativamente.

Reacciones esperables ante situaciones de crisis, emergencias y desastres en NNA

4 a 7 años	8 a 12 años	12 a 18 años
<ul style="list-style-type: none"> • Conductas regresivas (dificultades control de esfínter, chuparse el dedo, etc). • Comportamientos agresivos. • Volverse inactivos o hiperactivos. • Preocuparse de que sucederán cosas “malas” (las mismas u otras diferentes). • Apego excesivo al adulto, ansiedad por separación. • Miedos o terrores nocturnos, no necesariamente vinculados al evento. • Pérdida de interés en el juego y disminución de curiosidad en el entorno. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sentimientos de culpa. • Comportamientos agresivos y desafiantes hacia el adulto. • Volverse inactivos o hiperactivos. • Preocuparse de que sucederán cosas “malas” (las mismas u otras diferentes). • Aplanamiento o entumecimiento emocional (estado de shock). • Sentirse y comportarse de manera confusa. • Ánimo depresivo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sentimientos de culpa. • Comportamientos agresivos y desafiantes hacia el adulto. • Dificultad para mantener o hacer amigos. • Sensación de amenaza continua. • Aplanamiento o entumecimiento emocional (estado de shock). • Ánimo depresivo, ideación suicida, conductas autolesivas, pérdida de esperanza en el futuro. • Conductas de riesgo como forma de disminuir el malestar (conductas sexuales sin protección, consumo de alcohol y otras drogas, exposición a situaciones peligrosas, etc). • Angustia por sensación de pérdida de control o estar “volviéndose loco”.
Comunes a todas las edades		
<ul style="list-style-type: none"> • Cambios emocionales bruscos. • Estado de activación/alerta constante, fisiológica y psicológica (palpitaciones, sudoración, preocupación, hipervigilancia). • Irritabilidad, hiperreactividad y labilidad emocional (“emociones a flor de piel”). 	<ul style="list-style-type: none"> • Reexperimentación de la situación (pensamientos intrusivos, juego reiterativo sobre la emergencia). • Intento de proteger a los padres, asumir responsabilidades adultas (pseudomadurez). 	<ul style="list-style-type: none"> • Malestares físicos vagos sin correlato de enfermedad (náuseas, dolores de cabeza y/o estómago, dolores musculares, etc). • Alteración del sueño y del apetito. • Evitación y aislamiento social (sobre todo de situaciones que recuerden el evento).

La variabilidad de estas reacciones será importante: ningún NNA reaccionará de una manera idéntica a otro. La ausencia de estas reacciones de manera inmediata a la crisis no es signo de que los NNA no pudiesen experimentarlos de manera posterior (incluso meses después). Por esta razón es importante mantener permanente monitoreo y observación en la escuela y en el hogar a los cambios de conducta que pudiesen experimentar durante todo el proceso de recuperación a la crisis.

Si bien las situaciones críticas pueden impactar el desarrollo por su severidad y magnitud, también es cierto que niños, niñas y adolescentes cuentan con la capacidad de recuperarse de este tipo de eventos, algunos de manera natural y otros con el apoyo y mediación de adultos significativos que los acompañen en estos momentos.

¿De qué depende la aparición de estas reacciones?

Frente a una situación de crisis, muchos factores influyen en el tipo de reacción que tendrán los NNA. Así, la cantidad de información o preparación que se tuvo antes de la crisis, experiencias previas, la reacción de los adultos y personas significativas durante la crisis, características propias del NNA, entre otras, interactuarán para dar forma a la reacción que manifestará.

Factores que influyen en la respuesta de NNA ante situaciones de crisis		
Características del NNA	Características del ambiente	Características de la situación de crisis
<ul style="list-style-type: none"> • Edad y etapa del desarrollo. • Experiencias anteriores. • Habilidades Cognitivas y Sociales. • Rasgos de personalidad, estilo de afrontamiento al estrés y capacidades para la de resiliencia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tipo de reacción inmediata de los adultos significativos frente a la crisis, • Acceso y tipo de soportes y apoyos. • Actitudes y acciones de los primeros respondedores y familiares. • Separación de grupos familiares y traslados. • Actitudes y reacciones en la comunidad. • Manejo comunicacional de la crisis, exposición en medios de comunicación. • Comprensión cultural/étnica de las crisis. • Contexto socio-político. 	<ul style="list-style-type: none"> • Frecuencia, severidad y duración. • Grado de daño, pérdidas humanas, mascotas o materiales, experiencia de amenaza. • Persistencia de la amenaza. • Proximidad a la situación.

Fuente: Australian Child & Adolescent Trauma, Loss & Grief Network (2010).

No es necesario experimentar una pérdida directa para manifestar reacciones a la crisis: basta con percibir la sensación intensa de amenaza.

Posterior al periodo crítico inicial, la forma en que se dará paso a la etapa de recuperación podrá incidir en la aparición o no de reacciones posteriores a la crisis. Un elemento principal es la forma en cómo se manejará la interrupción prolongada de las condiciones de vida cotidiana (ej. cambio de casa o escuela, traslado de ciudad, etc.)

Aun cuando las crisis, emergencias y desastres pueden impactar el desarrollo de los niños, niñas y adolescentes, la severidad dependerá de las reacciones de los adultos y del acompañamiento y apoyo que se le preste. Junto con esto, la resiliencia de los mismos niños, niñas o adolescentes y su comunidad pueden ser un punto de inflexión importante para la superación de la crisis.

¿Cómo se manifiestan las situaciones de crisis, emergencias y desastres en la sala de clases?

Las situaciones críticas afectan la rutina diaria y la calidad de vida de los niños, niñas y adolescentes en todos sus ámbitos de desarrollo, incluido el ambiente escolar. Particularmente, las consecuencias de la crisis se manifestarán de manera directa en el logro de aprendizajes y en la experiencia escolar de los estudiantes.

Las reacciones habituales de los NNA en estas situaciones probablemente desencadenarán dificultades académicas, ya sea por dificultades en la concentración y en la memoria, pérdida de motivación, cambios conductuales e irritabilidad, e inasistencias a clases. Junto con esto, los estudiantes pudieran perder la capacidad de disfrutar en el espacio escolar, ya sea en actividades regulares como con su grupo de pares (recreos, talleres, deportes, artes, etc.). Estas dificultades pueden escalar a tal nivel de provocar incluso fracaso escolar, repitencia o deserción.

Generalmente se suman estresores que aumentan el riesgo, tales como pérdida de materiales escolares, daños en la infraestructura de la escuela o traslado a otra escuela, profesores y asistentes de la educación damnificados, entre otros. Todo ello aumenta la vulnerabilidad de los estudiantes y se generan más obstáculos para la recuperación y la normalización de la emergencia.

La comunidad educativa será, en un número importante de casos, la más significativa fuente de soporte y apoyo durante la etapa de recuperación a la crisis y posterior normalización. En los casos en que las familias se ven sobrepasadas por el evento, los profesores y asistentes de la educación serán los adultos que brindarán la protección que el NNA necesita.

¿Cómo apoyar a nuestros estudiantes en situaciones de crisis, emergencias y desastres?

Crear un ambiente escolar consistente y predecible, junto con relaciones de confianza y soporte entre los integrantes de la comunidad educativa será un factor clave para apoyar a nuestros estudiantes en la superación de la crisis.

Debemos estar atentos a las reacciones de nuestros estudiantes -y entenderlas como respuesta al evento-, que escapen a su voluntad y que desorganizan por completo su forma habitual de actuar. De esta forma, podremos mostrar una actitud comprensiva y contenedora, que evite se sientan culpables o avergonzados por sus conductas.

La forma que los adultos en la escuela respondan a la crisis, modelará la forma de respuesta de los estudiantes (para bien o para mal).

Lo que podemos hacer

1. Cuidar de nuestras propias necesidades emocionales: cuidar del que cuida.
2. Crear un ambiente de clase y escuela seguro: preparado, predecible, organizado y con metas realistas.
3. Enseñar a los estudiantes estrategias para regular sus emociones y bajar los niveles de estrés.
4. Confiar en las capacidades de los estudiantes y felicitar sus logros en el aprendizaje.
5. Instalar espacios de seguridad emocional: espacios para encontrar tranquilidad y distracción (música, juegos, lectura, etc).
6. Fortalecer el sentido de autoeficacia: oportunidades para mostrar sus capacidades, tomar decisiones, reflejar los logros.
7. Transmitir esperanza y optimismo: salir de la visión pesimista que existe durante la crisis (visión de túnel).
8. Proporcionar múltiples opciones de estrategias de enseñanza, evaluación e implicación con el aprendizaje.

Referencias

- Australian Child & Adolescent Trauma, Loss & Grief Network. (2010). School Principals: disaster strategies and resources. Australia: Australian National University.
- Australian Child & Adolescent Trauma, Loss & Grief Network. (2010). Victorian bushfire support & training for affected schools project. Resources for teachers: School recovery tool kit. Australia: Australian National University.
- Australian Child & Adolescent Trauma, Loss & Grief Network. (2010). Teacher resources: pre-school age children, trauma responses in middle childhood, trauma responses in early teens and adolescence. Australia: Australian National University.
- Chile Crece Contigo. (2015). Apoyo Psicosocial en Situaciones de Emergencias y Desastres para Familias con Niños y Niñas de 0 a 5 años: Orientaciones técnicas para equipos de salud, educación inicial y redes Chile Crece Contigo. Ministerio de Desarrollo Social: Chile.