

PREPARACIÓN ANTE EMERGENCIAS

ACTIVIDADES para familias con niños pequeños

0-5
años



Powered by
vrom™



Es importante asegurarse de que usted y su familia estén bien preparados y listos en caso de catástrofe; la preparación y la planificación son fundamentales. Los niños tienen necesidades únicas, especialmente durante una catástrofe o emergencia. Usando los momentos cotidianos de la vida de su hijo para ayudarlo a aprender y a desarrollar sus habilidades le ayudará si se enfrenta a una emergencia en el futuro. Las interacciones de ida y vuelta con usted pueden ayudar al cerebro en desarrollo de su hijo a establecer conexiones con lo que está sucediendo a su alrededor y ayudarlo a sentirse **seguro** y **protegido**.

Pruebe las siguientes actividades para desarrollar el cerebro con su hijo para **prepararse**, **responder** o **recuperarse** de una emergencia.



Consejo para desarrollar
el cerebro



Preparación

Esto ocurre antes de una emergencia. Incluye estar informado, hacer y comunicar los planes, practicar su plan, y preparar kits de provisiones de emergencia. Durante esta fase, usted aprende a conocer sus riesgos.

HOY ESTÁ...

Descríbele a tu niño cómo está el día, "El día de hoy está despejado y soleado. Puedo sentir el calor del sol sobre mi cara", o "¡Brrrr, hoy está frío! Por eso nos pusimos nuestros abrigos". Pídele a tu niño que te dé una descripción. Asegúrate de responder a sus palabras o sonidos.

La Ciencia Tras La Acción™

Cuando tu niño te escucha describir el clima y las cosas relacionadas con el tiempo, él aprende a hacer relaciones entre el qué y el por qué, estas conexiones le ayudan a desarrollar habilidades de razonamiento crítico y de comunicación.



Consejo para desarrollar el cerebro



Respuesta

Esto comienza cuando está alertado de una emergencia y cuando un evento realmente ocurre; es cuando usted se evacua o se refugia en el lugar, dependiendo del tipo de emergencia.

IR DESDE AQUÍ HASTA ALLÁ

Pídele a tu niño que cree un camino para ir de un lado de una habitación al otro sin tocar el piso. Hazlo más difícil aumentando la distancia y tomándole el tiempo para ver qué tan rápido puede ir. ¡Túrnense!

La Ciencia Tras La Acción™

Tu niño está haciendo un plan y lo está probando, además debe pensar en forma flexible para idear diferentes soluciones a este problema. Esta es una gran actividad de grupo en la que tu niño puede practicar cómo comunicarse y trabajar con otros.



Consejo para desarrollar el cerebro

Recuperación

Esto es el período de tiempo (horas, días, semanas, meses) después de que ocurra una emergencia, en el que la vuelta a su vida cotidiana es el objetivo. Esto es cuando trabaja para volver a su rutina; las emociones pueden ser altas durante esta fase.

HERRAMIENTAS DE TRANQUILIZACIÓN

Pídele a tu niño que ponga en una caja de zapatos vacía o en otro recipiente "herramientas de tranquilización". Haz que tu niño ponga artículos especiales dentro que lo ayuden a sentirse seguro y relajado.

La Ciencia Tras La Acción™

Al crear "herramientas de tranquilización" antes de que surjan sentimientos negativos, estás ayudando a tu niño a planificar cómo manejar el estrés para poder enfrentarse a una situación difícil. Esto le da a tu niño más control y desarrolla su habilidad de afrontamiento de retos.



Visite ChildCarePrepare.org para obtener más información sobre la preparación para emergencias y visite WeAreBrainBuilders.org para obtener información sobre el desarrollo del cerebro.