

Las Redadas de Inmigración y Nuestros Niños

Marisol Muñoz-Kiehne, PhD

¿Qué necesitan los niños?

- Adultos disponibles y calmados.
- Buenos ejemplos a su alrededor.
- Mensajes y actos que comuniquen seguridad, conexión, y esperanza.

Seguridad

- Asistir a la escuela regularmente.
- Conservar las rutinas y costumbres familiares lo más posible.
- Repasar libros de cuentos, videos, canciones y oraciones conocidas.
- Conversar sobre los planes de seguridad que seguirían en caso de emergencia.

Conexión

- Mantenerse en contacto aún cuando no estén juntos.
- Incluirlos al comunicarse con familiares por teléfono, correo electrónico, etc.
- Dedicar tiempo a cada niño regularmente tratándole con cariño.
- Discutir las creencias de su familia, cultura, y religión.
- Involucrar a los niños en las ceremonias espirituales según su fe.

Esperanza

- Mantener una perspectiva que reconoce y recalca cualquier buena noticia.
- Recordarles que aún pasan cosas buenas, aún en los tiempos difíciles.
- Ofrecerles ejemplos de cómo sanamos las heridas y nos recuperamos de tiempos duros.
- Demostrarles cómo podemos tomar acción involucrándose en esfuerzos comunitarios.

¿Qué hacer?

- Discutir lo que los niños han visto y oído.
- Preguntarles lo que piensan y sienten.
- Prestar atención a cómo los niños lucen, lo que dicen, cómo actúan.
- Observarlos para notar cambios en su apariencia o comportamiento.
- Escucharlos con los oídos y con el corazón cuando hablan y hacen preguntas.
- Hacerles preguntas tales como “¿Qué piensas sobre...?” y “¿Cómo te sientes con...?”
- Proveerles oportunidades para que le hagan preguntas a usted.
- Responder sus preguntas según el nivel de entendimiento del niño, y honestamente.
- Proveerles oportunidades para que se expresen a través del juego, arte, música, etc.
- Reconocer como válidas las reacciones de los niños, por distintas que sean.
- Dejarles saber que no es culpa de ellos cuando nos ven preocupados o alterados.
- Practicar destrezas para el manejo del estrés y del enojo.
- Atender sus propias necesidades y procurar apoyo personal y guía profesional.

¿Qué decir?

- “Haré todo lo posible para que no nos pase nada malo.”
- “No estás solo... No estamos solos.”
- “Muchas personas están trabajando para mantenernos a salvo y protegernos.”
- “Mantengamos la fe... Mientras hay vida, hay esperanza... ¡Sí se puede!”

¿Qué evitar?

- Incluir a los niños en conversaciones adultas que puedan confundirles o atemorizarles.
- Exponerlos a reportajes noticiosos alarmantes de los medios de comunicación.



- Dejarse llevar por ideas catastróficas, de impotencia, o de desesperanza.
- Dejarse llevar por especulaciones y rumores.
- Fingir que nada importante ha ocurrido.
- Hacer promesas no realistas.
- Empujar a los niños a hablar sobre el asunto más allá de lo que están dispuestos.
- Sobrecargar a los niños con preocupaciones de adultos.
- Expresar sus propias emociones con agresión, adicciones, o expresando odio hacia otros.

¿Cómo reaccionan los niños?

- Las reacciones cambian con el pasar del tiempo.
- Las reacciones varían según la edad, nivel de desarrollo y temperamento de cada niño.
- Si el niño presencié los sucesos, si sus seres queridos estuvieron involucrados, si tiene historial de otros eventos traumáticos en su vida, y si no tiene suficiente apoyo, las reacciones pueden ser más severas y persistentes y requerir ayuda profesional.
- El niño debe ser evaluado si sus reacciones les causan mucho malestar, si persisten a través del tiempo, y/o si interfieren significativamente con su funcionamiento normal.

Reacciones Físicas

- Achaques y dolores
- Cansancio y fatiga
- Insomnio, pesadillas
- Cambios en el apetito y en el comer
- Orinarse en la cama
- Reacciones alérgicas

Reacciones Mentales

- Vigilancia y alerta constante
- Falta de atención y concentración
- Fallas en la memoria
- Preocupaciones excesivas
- Sensación de irrealidad
- Imágenes o recuerdos intrusos

Reacciones Emocionales

- Sentimientos embotados
- Tensión y nerviosismo
- Temores
- Ansiedad al separarse de seres queridos
- Tristeza, llanto y desánimo
- Irritabilidad y enojo

Reacciones Conductuales

- Retraimiento
- Deterioro en el desempeño escolar
- Comportamientos agresivos
- Exigir la atención de los adultos
- Repetición de los sucesos vividos o temidos al jugar
- Regresión a conductas inmaduras