

Uso de mochilas Bee CALM con niños durante emergencias

Las emergencias y los desastres pueden presentarse de muchas formas, en cualquier momento o lugar, a menudo con poca o ninguna advertencia. Podrían ser traumáticos para muchos niños y adultos que los experimentan. Los recursos y las herramientas de apoyo como la mochila Bee CALM pueden disminuir el impacto de un desastre, particularmente en el bienestar social y emocional de un niño.

La mochila Bee CALM es una colección de materiales seleccionados a conciencia para que los maestros y el personal de Head Start y otros programas de la primera infancia los usen durante una emergencia. CALM es la sigla en inglés de “Calming and Learning Materials” (Materiales para calmar y aprender).



¿Por qué debería usar una mochila Bee CALM?

Además de ser una mochila de emergencias con suministros esenciales de emergencia, esta mochila puede ayudar a los niños a sentirse más calmados y seguros. También ayuda a los adultos que están a cargo a saber qué hacer y en qué concentrarse durante una emergencia. Tener una mochila Bee CALM por aula u hogar de cuidado infantil familiar puede ayudar a los adultos que están a cargo a:

- reducir el estrés y la ansiedad propia y de los niños,
- mantener la calma,
- regular sus propias emociones,
- responder de manera asertiva y proactiva,
- apoyar a los niños pequeños para que sepan qué esperar.

Es probable los niños aún tengan sentimientos fuertes, lo cual es normal. La mochila Bee CALM apoya los esfuerzos para ayudar a los niños a manejar esos sentimientos fuertes. Practicar regularmente con los materiales de la mochila puede ayudar a todos a sentirse cómodos y saber cómo usarlos.

Los niños que han vivido desastres o experimentado otros traumas podrían tener reacciones fuertes al recordar el trauma. Puede ser útil asegurarles que los adultos tienen un plan para mantenerlos a salvo.



Centro Nacional de

Salud, Salud del Comportamiento y Seguridad



¿Qué puede incluir en su mochila Bee CALM?

Los artículos que agregue a su mochila pueden ayudarlo a crear un ambiente físico y emocional seguro en un momento difícil. Los materiales elegidos deben ser adecuados al desarrollo, cultura y lenguaje de todos los niños en su programa. Asegúrese de que los materiales incluidos estén en los idiomas que hablen los niños, y que satisfagan las necesidades de los niños con discapacidades, sospechas de discapacidades y necesidades de salud conductual o atención de la salud.

Incluya materiales de aprendizaje lúdicos y relajantes en su mochila, tales como:

- plastilina,
- pelotas antiestrés,
- tarjetas para registrar las emociones,
- una manta (como la que utilizan durante el tiempo de lectura)
- cuentos,
- crayones de colores y papel,

Al considerar otros elementos para ayudar a nutrir y proteger a los niños durante las emergencias, tenga en cuenta las partes clave de las prácticas de atención informadas sobre el trauma:

- crear un entorno físico y emocional seguro,
- construir relaciones cercanas entre niños y adultos,
- apoyar y enseñar habilidades de regulación emocional.

■ recursos imprimibles:

- [Ayúdanos a calmarnos: estrategias para niños \(en inglés\)](#)
- [¡Presentamos la técnica de la tortuga! \(en inglés\)](#)
- [Simulacros de seguridad escolar \(en inglés\)](#)
- [Carteles de reducción del estrés y atención plena](#)

- Cualquier otro material que los adultos puedan usar para ayudar a reducir la ansiedad de los niños y hacerlos sentir más seguros.



Tener una mochila Bee CALM lista para llevar durante una emergencia puede ayudarlo a apoyar las respuestas emocionales de los niños con el mismo cuidado y atención que brinda a su salud física.



Centro Nacional de

Salud, Salud del Comportamiento y Seguridad

1-888-227-5125

health@ecetta.info

<https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/es/salud>