

## **Cómo ayudar a los niños, las familias y el personal a sanar de un trauma**

Livia Powers: Ahora sí podemos comenzar la sesión. Y permítanme, por favor, darle la bienvenida a mi colega María Eugenia Vásquez Betancourt.

María Eugenia Vásquez Betancourt: Saludos a todos y todas. Es un placer para mí estar aquí con ustedes en la tarde de hoy. Y más sobre todo la alegría tan grande de verles a muchos conocidos en el chat, compartir este tiempo con nosotros en el día de hoy. Mi nombre es María Eugenia Vásquez Betancourt, como mi compañera Livia tras bastidores me ha presentado. Yo soy especialista en capacitación y asistencia técnica del Centro Nacional de Salud, Salud del Comportamiento y Seguridad.

En el día de hoy, como bien Livia les había mencionado, vamos a estar conversando sobre cómo ayudar a los niños, las familias y al personal a sanar de un trauma. Ya muchos de ustedes –a medida que se van integrando a nuestra conversación del día de hoy– han puesto su nombre, de dónde se están conectando y su rol. Algunos de ustedes también lo han añadido.

También quisiera invitarles a que utilicen la ventana del chat para que, de repente, piensen qué habilidad a usted le gustaría tener en un instante. Si así se le concediera. Algunas personas dicen que me gustaría volar, me gustaría poder estar en el espacio un rato. ¿Verdad? Vamos a ver. Para darles un poquito de espacio a que otros participantes se vayan integrando.

Puerto Rico. Mucha gente de Puerto Rico. Bienvenidos. Me encanta. Volar. Me encantaría también volar. Sanar. ¡Qué lindo! Gracias, María, por compartir eso. Lenguaje de señas, súper. Estaría fantástico para continuar la comunicación entre tanta comunidad. Patilla, bienvenido. Veo a la iglesia bautista de Quintana, veo Cagua. Veo muchos municipios de Puerto Rico, North California. Estoy supercontenta de que podamos tener un ratito juntos, una vez más.

De que por un momento dado, también fue directamente. Estuve dando, ofreciendo servicios de asistencia técnica a la región número 2 de Head Start. Y conozco a muchos de ustedes que están el día de hoy presentes. Gracias. Pues, vamos a hablar un poquito. Vamos a continuar hablando un poquito de los temas claves que vamos a estar hablando el día de hoy.

Hoy tenemos la intención de compartir con todos y todas ustedes parte de la información que se cubrirá luego, en próximos talleres, para apoyar y profundizar el conocimiento sobre el trauma. Y especialmente, para pensar en cómo podemos apoyar activamente a los niños, niñas, la familia, al personal de Head Start y Early Head Start en su sanación y su resiliencia.

Como lo dije antes, estoy superemocionada, supercontenta de estar con ustedes aquí hoy. Y poderle brindar –compartir con ustedes nuevos recursos de información de la campaña Head Start Heals o Head Start sana en español, que está disponible para todos ustedes en la página website. En la página web, por decirlo así, de ECLKC. Estos recursos de información destacan cómo los programas Head Start y su personal están preparados de manera única para apoyar a la capacidad de recuperación y la sanación de los niños, niñas, las familias, el personal y la comunidad a la que sirven.

A medida de que les vaya compartiendo estos nuevos recursos de información, les invito a que reflexionen sobre cómo podemos utilizar estas nuevas herramientas en el desarrollo profesional, capacitaciones, en el proceso del coaching, grupos de participación familiar, en las reuniones de personal y en otras áreas de su trabajo en las que puedan pensar. Disculpen. Perdón.

Hablar sobre el trauma puede ser un poquito difícil. Ahora bien, para conocer cómo poder ayudar a los niños, niñas, las familias y el personal a sanar de un trauma, para ello tenemos, primeramente, que reconocer que hablar sobre el trauma puede ser perturbador –como dice el slide– o sensible para algunos o para la mayoría de nosotros.

Quizás alguno de los que estamos aquí hemos experimentado un trauma recientemente. Y pues muchos de nosotros hemos tenido nuestras propias experiencias con el trauma. Ciertamente todos nosotros conocemos, de alguna forma, ¿verdad? Cercana o un poco lejana a alguien que ha vivido diferentes experiencias traumáticas.

Entonces, si hablar sobre este tema e interactuar mutuamente sobre esto les hace sentir molestos o incómodos, aquí les voy a mencionar unas estrategias de autocuidado que debemos de tener siempre bien presentes cuando hablamos sobre temas un poco complejos o sensibles. Les pido, por favor, que presten atención a sus sentimientos, que presten atención a cómo los sentimientos cambian a medida de que conversamos sobre este tema.

Recuerden que siempre pueden cuidar de sí mismos enfocándose en la respiración– que yo continuamente lo estoy haciendo, que inculco a mis hijas y a todos los niños que me rodeen a que siempre estén pendientes de su respiración. Sabemos que respirar lento y profundo ayuda a cómo nos mantenemos activos o si nos ponemos un poquito ansiosos. O cuando en ocasiones, ¿verdad?, se nos disparan las emociones.

Concéntrense en su entorno. Si en un momento dado se pone medio ansioso, quizá enfocar su vista a algo que les rodea, a algo bonito, de lo que esté cerca de usted o les rodea. Esto también le ayuda un poco a calmarse, a poder mantener una visión plena de lo que está ocurriendo o mantener una conciencia plena para su autocuidado.

También, siéntanse en la libertad de tomarse un breve descanso. Si entienden que estoy hablando de algunos temas que un poco les activa alguna experiencia pasada, siéntanse en la libertad de tomarse un breve descanso. Este taller está siendo grabado. Y siempre que lo desee, puede regresar y retomarlo.

Y por supuesto, recuerden sus conexiones. Recuerden sus conexiones con amigos, colegas, apoyos en su programa. Siempre ayuda hablar sobre lo que están sintiendo, hablarlo con alguien que tengan cerca. Que se sientan en confianza. Bueno pues, sin más preámbulos, comencemos.

El trauma, por definición, ocurre cuando hay sucesos o situaciones aterradoras que abruman a un niño, una niña o adulto. Es un evento o grupo de eventos que sobrepasan la habilidad de un niño, niña o adulto a lidiar o enfrentar lo que sucede. Algunos ejemplos de trauma incluyen, por ejemplo, desastres naturales o desastres causados por el hombre, como lo son huracanes,

tiroteos en la escuela, violencia escolar, accidentes automovilísticos graves, abuso físico sexual, violencia doméstica, carencia de hogar, entre otros.

Algunos expertos en trauma extienden la definición para incluir cualquier evento estresante que afecte significativamente el funcionamiento diario de una persona; por ejemplo, hasta vemos su desempeño en su trabajo.

Mientras pensamos en esta definición de trauma, queremos también mantener presente el enfoque informado de trauma. O como se le conoce mucho por su título en inglés Trauma Informed Care. En este caso, hablando de que la visión de la Administración de Servicios de Salud Mental del Abuso de Sustancias, por sus siglas en inglés SAMSA, ofrece el término útil o similares y refiere a estas experiencias a un evento traumático y los efectos de estas experiencias y eventos como las 3 E; es decir, las 3 E significan los eventos, las experiencias y los efectos.

No les voy a dar un examen ahorita. No se preocupen. Para que lo tengan presente cómo se puede dividir lo que es el trauma. El evento puede ser algo que ocurre una vez o podría ser algo que se repite con el tiempo. Algo, por ejemplo, como un accidente grave de tránsito o un desastre natural pueden ser ejemplos de que pueden ocurrir una vez. O por ejemplo, el abuso o la negligencia continuos son ejemplos de eventos que pueden repetirse con el tiempo.

La experiencia de un individuo de estos eventos, o el evento, es lo que determina si el evento es traumático. Por ejemplo, dos personas pueden experimentar el mismo evento y puede ser traumático para una persona, pero no necesariamente para la otra. Esto realmente dependerá de su experiencia individual del evento. Otros factores también pueden influir en la forma en que una persona experimenta un evento, como creencias culturales, accesos o apoyos sociales o etapas del desarrollo.

También es importante mantener el efecto del evento. Algunas personas pueden, quizás, experimentar efectos adversos inmediatamente después del evento traumático. Pero para otras, pueden haber una reacción un poco más retrasada, ¿verdad? Por ello, algunas personas pueden no ver la conexión entre el evento que experimentaron y el efecto que ha tenido en ellos.

Las experiencias de trauma pueden ocurrir a cualquier edad. Así que, al pensar en esta definición de las 3 E: eventos, experiencias y efectos, no queremos olvidarnos de nuestros bebés, infantes, niños y niñas pequeñas. Nuestros bebés, niños y niñas pequeños, preverbales o como se les conoce, no parlantes, también, van a mantener la experiencia de lo que han pasado en sus cuerpos. Y sus cuerpos recordarán cómo se sintió la experiencia en ese miedo abrumador o esa pérdida de control o esa vulnerabilidad que sintieron en ese momento.

Es decir, no olvidemos que la experiencia del trauma es subjetiva y está ligada al desarrollo del individuo. Un ejemplo que les puedo compartir, para que tengan una mejor idea de la parte que me refiero a la parte de la subjetividad. Es, por ejemplo, el tener o pasar por un trauma de un desastre natural. Donde la familia perdió su hogar, pero sin embargo, la familia pasa el trauma de la pérdida del hogar, pero el niño o el menor de esa familia lo que pasa es el trauma de la pérdida. Porque en este caso, su mascota desapareció, se perdió, perdió la vida.

Vamos a revisar estos datos de SAMSA. Pero primero, tengan en cuenta que esta es una lista amplia de eventos potencialmente traumáticos, pero no abarca todos. Estos son ejemplos, no una lista completa de los momentos potencialmente traumáticos. Por resultados de SAMSA, de prácticas que tiene SAMSA, más del 50 % de los niños de 2 a 5 años de edad experimentaron un factor de estrés severo en su vida.

Uno de cada 10 niños de 0 a 6 años de edad había presenciado un apuñalamiento o un acto violento de tiroteo. Y la mitad de ellos informó que la violencia ocurrió en su hogar, según informes que da su familia.

También SAMSA identifica que uno de cada 8 niños, de entre 2 a 17 años, fue maltratado por abuso, negligencia física, sexual o psicológica. Estos son datos del 2002 al 2003, según estimaciones de una encuesta nacional. Si bien todos estos eventos son angustiantes, estas experiencias no hacen que un niño o niña hayan experimentado trauma. Lo que había mencionado antes.

A menudo los niños y las niñas y las familias pueden mostrarse reacios a hablar sobre eventos y experiencias angustiantes o potencialmente traumáticas. Puede ser difícil hablar de estos eventos o experiencias, porque son muy perturbadores o porque las familias, meramente, pueden sentir que estas experiencias son privadas. Además, existe un estigma significativo en torno a muchas experiencias traumáticas, como lo es el abuso infantil o el abuso sexual, en particular. Y la negligencia.

En otros casos, de repente, a veces podemos ver que el impacto potencial de estos eventos se descarta con creencias como, así soy como soy o no puedo dar más de lo que tuve. O pues si me acosó a mí y estoy bien, pues es así.

Sin embargo, a menudo las familias y los cuidadores pueden no darse cuenta de cómo los niños y niñas muy pequeños, incluso los bebés, se ven afectados por sus experiencias. De hecho, una encuesta reciente de padres realizada por Zero To Three en el 2010 encontró que 7 de cada 10 padres creen que los niños de 6 meses o menos de edad no pueden experimentar sentimientos como tristeza o miedo. Curiosamente, ¿verdad?

Una parte desafiante de hablar sobre el tema del trauma o las experiencias traumáticas es que una vez empezamos a hablar de ellos, comenzamos a pensar en los eventos, las experiencias y los efectos, podemos inmediatamente sentir la necesidad de conocer si alguien cercano a nosotros ha tenido experiencias traumáticas. Y nos nace la urgencia de levantarlos, apoyarle. Y la realidad está ahí.

Nosotros, en nuestros programas de Head Start y Early Head Start en la comunidad, dentro de nuestro círculo social, es posible que nunca sepamos lo que cada individuo ha experimentado. Pero lo que sí podemos hacer es realmente enfocarnos en promover la resiliencia y la sanación de todos los niños, niñas, las familias y nuestro personal.

Sobre todo, destacar que nosotros en el Head Start y Head Start, oye, tenemos una excelente oportunidad de suavizar el impacto de las experiencias adversas o traumáticas a temprana edad de los niños y niñas. Trabajar con factores protectores, mantener un ambiente seguro que ayuda a los niños y niñas a dar sentido a esas experiencias y sentirse apoyados durante estas

experiencias. Si los niños y niñas cuentan con ese apoyo, podemos observar, eventualmente, esas diferencias sociales, emocionales y cognitivas.

Hace unos minutos mencioné que existen factores que pueden influir en la forma en que las personas experimentan un evento, como las creencias culturales, acceso a apoyos sociales o etapas de desarrollo. Y esta gráfica de esta diapositiva es parte de lo que presenta un poco— lo que comprende también la definición misma de lo que es el trauma como algo subjetivo.

Es porque hemos pasado por diferentes experiencias y piezas que crean nuestra identidad. Y sabemos que la sociedad no siempre celebra estas piezas y eso puede causar daño. Pero estas mismas piezas, por decirlo así, pueden conectarse entre sí y ser la fortaleza y los recursos para individuos, al igual que lo es la resiliencia colectiva.

Debemos de asegurarnos de que siempre hablemos de trauma, hablemos también— de que siempre que hablemos de trauma, perdón, hablemos también del término o el concepto de resiliencia. Porque si bien sabemos que el trauma afecta de manera única a los niños y niñas pequeños debido a su vulnerabilidad en su desarrollo, su cerebro, que está en crecimiento, también sabemos que los niños y niñas pequeños son muy resilientes. Al igual que todos nosotros somos muy resilientes.

Aquí tenemos cómo promover la resiliencia, ¿OK? Tenemos lo que ya es la definición que usamos de trauma. Ahora vamos a ver la definición sobre lo que queremos mencionar de resiliencia, que es la habilidad de superar, la habilidad de recuperarse, ajustarse, adaptarse a la desgracia, a la adversidad.

La resiliencia es la capacidad que tenemos del rebote. Algunas veces el término lo decimos el "bounce back", por decirlo así en términos en inglés. La resiliencia se define como, cómo recuperarse o adaptarse a la desgracia o el cambio. La capacidad de recuperarse, o como escuché recientemente, que es la capacidad, quizás, hasta de rebotar hacia adelante. ¿Verdad? Uno rebota, el término en inglés dice "bounce back" y uno piensa, pues rebotar para atrás. Pero no, es rebotar hacia adelante. ¿Verdad? La capacidad positiva de las personas para afrontar ese estrés o los problemas de la vida.

Los factores protectores ayudan a los niños a ser resilientes. Cuando pensamos en estos factores protectores que apoyan a la resiliencia, algunas cosas que me vienen a la mente incluyen los vínculos o las relaciones fuertes con estos cuidadores, padres o adultos que se preocupan por ellos; las experiencias positivas en la comunidad. Y cualidades personales, como recursos de afrontar situaciones difíciles, temperamento, liderazgo, el coraje que uno tiene para afrontar las situaciones.

Los factores protectores que apoyan a la resiliencia se pueden entender en cuatro niveles. El individuo, la familia, la escuela y la comunidad en general. Es decir, algunos factores que promueven la resiliencia son los vínculos fuertes, como ya mencioné, experiencias positivas en la comunidad, por decir, experiencias que tienen en el centro educativo, en su iglesia, en su comunidad, como barrio, donde se relaciona ese menor. Y las cualidades personales de los recursos de afrontamiento, coraje y liderazgo.

Voy a tomar una pausa, disculpen, para darle espacio a ustedes, a que compartan en la ventana del chat una palabra que ustedes entiendan que represente la forma en la cual Head Start sana. A ver, pueden compartir. Si puedo ver por aquí la ventana del chat.

Unidad, ciertamente. Acompañamiento. Apoyo, sin duda alguna. Empatía. Compasión. Escuchar. Ay, Dios mío, va bien rápido este chat. Guía. Confianza. Educación. Comunicación. El apoyo resalta, ¿verdad? Tolerancia. Seguridad. Amor.

Trabajo en equipo. Así es, trabajo en equipo nos ayuda, nos da apoyo. Bien, tener sensibilidad. Apoyo. Me encanta. Me encanta. Este intercambio en el chat es superenriquecedor. Es increíble. Me encanta, porque uno va, un poco, conociendo también cómo otros colegas visualizan cómo Head Start apoya o ayuda en ese proceso de sanación.

Y es eso lo que estamos buscando un poco con esta campaña de Head Start sana. Queremos mantener ese mensaje o que se dirige ese mensaje y se lo lleven con ustedes. Y muchos de ustedes han señalado algunos de los puntos más destacados, que esperamos que sigan compartiendo con sus colegas, con sus familias, con sus niños.

Compromiso. Empatía. Buenos recursos. Seguro que sí. Comunicación efectiva. Abrazar con amor y escuchar. Qué rico el tacto, ¿verdad? Qué rico sentirse apoyado, querido, protegido. Me encanta. Gracias por compartir todo eso.

Vamos a hablar –ya que estamos más de lleno en lo que es la visualización de cómo podemos entender cómo Head Start sana, no sé si alguno de ustedes ha estado relacionado o están familiarizados, debo decir, con la campaña de Head Start sana o Head Start Heals, como también se le ha dado muchísima promoción, el término en inglés.

Pueden poner en la ventana del chat si sí o si no están familiarizados con Head Start sana, con esta campaña. Les comparto que esta campaña de Head Start Heals o Head Start sana, en español, pueden encontrarla –está disponible para todos ustedes en ECLKC. Ya la han compartido, Steve, gracias por haber compartido el enlace en la ventana del chat.

Y está para ustedes, para que puedan acceder todos estos recursos que voy a estar explicándoles. Y darles un poquito más de guía de lo que pueden encontrar en esta campaña. Esta campaña fue creada hace poco más de un año y medio. Y tiene como objetivo aumentar la concienciación sobre los programas de Head Start, dejarles saber que están calificados de manera única para abordar el tema del trauma y promover la resiliencia de los niños, niñas, las familias a las que sirven y a su personal.

Los recursos que estamos revisando en el día de hoy son nuevas adiciones a la campaña de Head Start sana y los mismos pueden servir para continuar a comenzar conversaciones con su personal, a ayudar al personal a reflexionar. Y continuar trabajando en torno de la construcción de la resiliencia y la sanación de los niños, niñas y la familia.

Eventualmente, tuve la buena noticia de que toda esta campaña va a estar traducida al español. Y también, van a estar incorporando subtítulos al español. Veo algunos que sí están ya familiarizados, otros aún no. Pues qué bueno, porque aquí este es uno de los espacios que queríamos tomar para explicarles un poquito más de lo que consta esta campaña.

Una de las cosas que podemos –uno de los recursos, perdón, que comprenden la campaña de Head Start sana– vamos a empezar por una serie de documentales sobre el consumo de sustancias y el COVID. Este recurso está enfocado en la pandemia del COVID, que ha creado desafíos adicionales para las familias de Head Start afectadas por el consumo de sustancias.

Una serie de pequeños videos de 4 minutos, que sabemos que pueden ayudarles a trabajar o al entendimiento de cómo, lamentablemente, esta pandemia, un poco, ha interrumpido los tratamientos o ha creado unas barreras para acceder a la atención o responsabilidad de nuevos servicios para personas que tienen abuso de sustancias. Alcohol o sustancia. Dentro de esto de la pandemia, lamentablemente, ha aumentado ese riesgo de una recaída.

Algunos de los temas que pueden encontrar en este documental, que son videos cortos de 4 minutos de duración, está el tema de comprensión del estigma. Que un poco hablan especialistas del tema sobre la importancia de comprender el estigma y el uso de sustancia. El estigma puede ser una barrera superimportante para el tratamiento o el apoyo del consumo de sustancias. Aquí lo presentan en este video cortito de 4 minutos máximo de cómo podemos hablar sobre el uso de sustancias sin prejuicios. ¿Verdad? O sin juicio.

También tiene el tema de la creación de colaboraciones comunitarias. Head Start aprovecha los recursos comunitarios durante toda esta situación del COVID, distanciamiento, para apoyar a las familias durante la crisis del COVID. También pueden encontrar el tema de navegando la recaída durante el COVID, que es cómo darle apoyo a las familias para que puedan apoyar a los niños, a las niñas. Y cómo poderles hacer sentir de que estamos aquí para apoyarles.

También está el video con el tema de llegar a las familias durante el COVID. Cómo, a pesar del distanciamiento social que el COVID ha creado, esas barreras de recuperación, muchas de las formas en que las plataformas digitales o virtuales, como es la telesalud, han podido apoyar enormemente el acceso de estos servicios. ¿Verdad? Darle continuidad. Hasta alcance a la familia.

También, por último, pero no menos importante, se toca el tema de enfrentando el desafío del COVID. Head Start brinda servicios y apoyo a las familias que padecen de trastornos por uso de sustancias. Así que, que aquí en este video se presenta la preocupación por el impacto socioeconómico del COVID en nuestra sociedad y cómo esto desencadena, quizá, la desestabilización de la familia y hasta el aumento de uso de sustancias.

También, Head Start sana cuenta con una serie de animaciones, de videos animados, vamos a decir, que son relatos por los propios protagonistas de estos eventos o experiencias. Los temas en los que se encuentra esta serie son –esta es una de mis series favoritas, porque las ilustraciones están preciosas. Y los voy a compartir con ustedes en breve.

Pero quería mencionar, por ejemplo, los temas que cuenta esta animación, esta serie. Uno de ellos es reconstruir la esperanza, que es la historia de cómo un programa de Head Start en el pueblo de San Sebastián, Puerto Rico, apoyó a las familias después de que el huracán María devastó Puerto Rico en el 2017.

También esta otra animación titulada "Volver a empezar", que es la historia de cómo un visitador al hogar, bilingüe, de Early Head Start ayudó a una familia refugiada a superar las

barreras. Este video está solamente en inglés, con subtítulos en inglés, pero prontamente va a estar con sus subtítulos en español.

También tenemos el tema, en esta serie de animaciones, las “Manos solidarias”, que son la historia de cómo las personas, cómo el personal de Head Start apoyó a una madre y a su hijo durante una crisis médica. Y el tema también de recuperar la confianza, donde se muestra la historia de cómo Head Start brindó desarrollo, habilidades, de una madre, por primera vez, que se recuperaba del uso de sustancias.

Quisiera –bueno, no quisiera, les voy a compartir algunos de estos videos animados. Y mientras les voy compartiendo estos videos, me gustaría que pudiesen tomarse el tiempo de reflexionar sobre el mensaje de resiliencia que escuchó o pudo ver en esta animación. Vamos primero que todo a compartir el primer video, que es “Reconstruir la esperanza”.

[Inicio del video]

[Música]

Narrador 1: El pueblo de San Sebastián está situado al área oeste de Puerto Rico. Un pueblo, básicamente de una población de 35,000 a 40,000 habitantes. Contamos ahora mismito con 104 familias que somos a los que les servimos, 104 niños. Completamente calmada es la vida en todo Puerto Rico, en especial en nuestro pueblo. Luego, ¿qué pasa, verdad? Todo esto, que podemos salir a la calle, vemos la destrucción masiva. Es una destrucción total. Pensé en ver cómo podíamos llegar a las familias. Fue un paso bien difícil, bien difícil.

Narrador 2: Y entonces preparamos paquetes equitativos. Cajas de agua, habían también artículos de primera necesidad y alimentos, como arroz, habichuelas. Y entonces, cada empleado, pues entonces, se bajaba con los suministros. Y los entregaba en los diferentes hogares de la– de la comunidad.

Niño 1: Gracias.

Narrador 1: Y abrimos el centro para los niños. Teníamos luz, el servicio eléctrico, gracias al generador eléctrico. Las familias podían cargar sus celulares.

[Teléfono sonando]

Mi centro tiene lavadora, tiene secadora, tiene neveras. Teníamos la cocina abierta, por lo menos, para poder guardar cosas. Para nosotros, poder llevarles a esas familias esa tranquilidad, por lo menos, en ese ratito.

[Teléfono sonando]

Narrador 2: Que ellos puedan entender, verdad, que el programa no es solo un programa para ofrecer, verdad, una ayuda educativa. Sino que es una ayuda, también que promueve lo que es el bienestar familiar.

[Música]

[Fin del video]

María Eugenia: Qué lindo. Qué lindo que- este video, cada vez que lo veo, es un recordar mi experiencia propia, mi vida después del paso del huracán María en Puerto Rico. Soy residente

de Puerto Rico y estuve aquí. Lo viví en carne propia. Y ver este video y escuchar estas palabras, para mí es –me engrandece. Me engrandece ver el compromiso que tienen en los programas de Head Start y Early Head Start, así con su comunidad.

¿Y ustedes? Compartan conmigo. A ver, ¿qué mensajes de resiliencia escucharon en esta animación? ¿Qué les trajo a la mente ver de qué forma Head Start apoya a la comunidad en el proceso de resiliencia, con este video? Pueden escribir en el chat.

Unidad, ciertamente. Solidaridad, sin duda. Sensibilidad. Sí. Perseverancia. Estabilidad. Empatía. Apoyo incondicional. Sentido de comunidad. Así es. Cuando escuchamos el video al final, la compañera de Head Start –este centro en el municipio– en el pueblo de San Sebastián, un pueblo rural. Un pueblo en las montañas de Puerto Rico. Ella lo que presenta es cómo esta experiencia le hizo ver que son más que un programa, son ayuda, unión, compromiso, apoyo.

Y es precisamente eso lo que queremos resaltar, que ustedes tienen las herramientas. Ustedes están ahí para la atención. Unas familias, exactamente, van y dicen, gracias, saludos. Ustedes están ahí para la comunidad, para poderle dar todas esas estrategias a la comunidad a la que sirven, a las familias, a los niños. Esto es un ejemplo, un pequeño ejemplo, de cómo ustedes ayudan a sanar, cómo ustedes promueven esa misión de resiliencia.

Si me dan el visto bueno, en el chat puedo compartirles otros videos más, al menos dos más, pero están solamente en inglés. Si me dicen que sí en el chat– a ver. Si tengo muchos sí, lo tiro. A ver. ¿Lo pongo al aire? Sí. OK. Pues lo voy a compartir con ustedes. Estos están en inglés con subtítulos en inglés, pero prontamente va a estar con subtítulos al español. Vayan pensando cómo pueden utilizar todos estos instrumentos que están a su alcance.

[Inicio del video]

[Música]

Cashawn Thompson: Mi nombre es Cashawn y nací y crecí en Washington, DC. Y comencé en Head Start en 1977, cuando tenía 4 años. Mis recuerdos de Head Start siempre regresan. Recuerdo que coloreábamos, cantábamos y bailábamos. Y recuerdo que mi maestra de Head Start tenía el mismo apellido que yo.

Y crecí y tuve hijos. Cuando llegamos a Head Start, mi hija tenía 4 años y yo había dejado una relación abusiva. Tuve que recomponerme. Me había ido con solo una maleta. Sabía que la violencia no era saludable y sabía que a mis hijos les iría mejor si me vieran feliz y completa, porque eso les daría permiso para ser felices y estar completos.

Cuando llegamos a Head Start, me dijeron: “Está bien, sus hijos van a venir a la escuela, pero ¿qué necesita para usted? ¿Necesita formación laboral? ¿Necesita atención médica? ¿Necesita atención de salud mental? Y necesitaba todo eso. Y fue realmente allí donde comencé a comprender este enfoque holístico del cuidado de los niños. Bueno, no se puede cuidar a un niño fuera del contexto de una relación familiar sana y una relación familia-escuela sana.

Ahora soy maestra de Head Start. Fue donde comencé mi propia educación y aprendí a ser feliz y completa y libre, a amar los libros y cantar, hacer tonterías, a ser imaginativa, y creo que regresé. Y no tengo planes de irme porque Head Start es mi hogar. No tengo otra manera de describirlo. Head Start es mi hogar.

[Música]

[Risas]

[Fin del video]

María Eugenia: Qué lindo, ¿verdad? Head Start is home. Head Start es casa. Aquí tienen otro ejemplo precioso donde escuchan en su propia voz de esta familia que una vez, ¿verdad, Sandra? Hermoso. Una familia que una vez fue asistida y servida por el programa de Head Start y hoy día trabaja en el programa Head Start.

Y como ella misma lo presentaba, si yo he escuchado y he visto en carne propia y posiblemente –estoy segura– que muchísimos de ustedes también lo han vivido, de cómo familias que fueron parte de la comunidad de Head Start en un momento con sus niñitos hoy –incluso ese mismo individuo como bebé, como niño en el programa– hoy día de adulto es parte del equipo de trabajo de Head Start.

Vamos a compartirles otro más. Este es “Alimentando amor”.

[Inicio del video]

[Música]

Fadara Clark: Hola, mi nombre es Fadara y soy la directora de Head Start en Cuthbert, Georgia. Cuthbert, Georgia, es una zona rural. Tenemos un semáforo.

[Risas]

Cuando llegó el COVID, tuvimos que cerrar la escuela. Y eso nos preocupaba porque muchos de nuestros niños no podrían tener una alimentación y una nutrición adecuadas todos los días. Entonces el gerente de nutrición, junto con el superintendente y la junta, todos se unieron e idearon un plan para que nuestros autobuses entregaran alimentos a la casa de nuestros estudiantes.

Mi maravilloso personal se ofreció como voluntario para subir a esos autobuses, y yo los acompañé. Íbamos por los vecindarios y este día en particular, una de las estudiantes a las que acabábamos de servir apareció en nuestra siguiente parada. Le pregunté: "¿Ya te hemos dado tu almuerzo?". Y me dijo: "No, señora", pero tenía la boca y la blusa llena de migajas.

Le dije: "¿Estás segura?". Entonces, le di los almuerzos y, mientras hablaba con ella, me incliné y me le acerqué. Le dije: "Límpiate esas pequeñas migajas de la boca y de la blusa". Y me dijo: "¡Oh!". Le dije: "Está bien, está bien, está bien, está bien. No vi nada". Tuve la oportunidad de ver a tantos estudiantes, y echarles un vistazo para asegurarme de que estaban bien.

Cuando todo esto termine, recordarán que dimos ese paso adicional. Sería una sensación muy agradable para mí saber que los niños dijeron: "Mi familia de Head Start me extrañaba y vinieron a mi casa a verme".

[Risas]

[Música]

[Fin del video]

María Eugenia: Ahí otro ejemplo de una situación un poquito más reciente. Vimos cómo Head Start ayudó a la recuperación, la sanación y el llamado a la resiliencia. Al paso del huracán, cómo Head Start también estuvo ahí presente para apoyar a estas familias. Y hay casos hasta más recientes, como "Alimentando amor", literalmente, ¿verdad?

Además de ese ejemplo de darle alimento a la familia en momentos difíciles, como lo fue el distanciamiento social por la situación de la pandemia. Ahí estuvo presente, al pie del cañón, como decimos, Head Start apoyándonos. Por eso, en principio, antes de empezar a compartir con ustedes estos videos, particularmente, les hice un llamado a la reflexión. ¿Verdad? ¿Qué mensaje de resiliencia escuchaste en este video, en estas animaciones?

Calor humano. Empatía. Acción. También, un momento, sí. Nosotros vivimos en Puerto Rico unos eventos de terremoto y estuvimos también al pie del cañón apoyando a las familias. Exactamente. Calor humano. Acción. No se dieron por vencidos, ¿verdad? Ese es el mensaje de la resiliencia, de continuar a pesar de todas las adversidades, a pesar de estos momentos difíciles que estuvimos viviendo. Gracias.

Ahí pueden tener un poquito más de ejemplo de cómo Head Start continúa, realmente, apoyándonos y promoviendo esa visión de resiliencia. "Keep going no matter what." Continúa, a pesar de todo. ¿Verdad? Así es. Mucho esfuerzo, pero estamos. Aquí también les voy a compartir que otro de los recursos que tiene la campaña de Head Start sana son podcasts o conversaciones de audio. Conversaciones de audio con temas muy pertinentes.

Esta serie de podcasts o conversaciones de audio son una serie de 6 episodios que fluctúan entre 25 a 30 minutos de duración. Son presentadas por el doctor Neal Horen, que es profesor de la universidad de Georgetown, y quien es también el codirector del Centro Nacional de Salud de la Conducta y Seguridad.

Neal Horen lo presenta con el apoyo de invitados expertos en el campo de temas particulares, como están identificados aquí en la diapositiva, algunos de los temas que presenta es cómo hablar con los niños sobre el tema de la raza. La invitada en esta serie, en este podcast en particular es la doctora Rosemarie Allen, que es CEO del Centro de Equidad y Excelencia en Denver, Colorado.

También está el tema de cómo afrontar el duelo y la pérdida con la doctora Joy Osofsky, que es psicóloga clínica y del desarrollo del Harris Center para Salud Mental de Infantes. También tienen el tema de trauma y resiliencia con la doctora Karen Gouze, que es psicóloga clínica y del desarrollo que trabaja para el Centro de Resiliencia Infantil en el departamento de Psiquiatría y Salud Conductual de Pritzker, en el hospital de niños en Chicago.

Otro de los temas, también, que se discute en este podcast, está la planificación de salud mental en caso de catástrofe y trauma, que es con una buena colega puertorriqueña, la doctora Sadia González, que es psicóloga clínica y quien trabajó en programas de Head Start en el municipio de Guaynabo en Puerto Rico. Y también está el otro tema— el sexto tema de esta serie de podcast, que es nuestro papel en la equidad con la invitada especial de la doctora Eva Marie Shivers, que es fundadora y directora ejecutiva del Centro Cultural Índigo en Phoenix, Arizona.

Nosotros podemos ver –estos podcasts están en inglés, pero como les mencioné, eventualmente, los pueden encontrar– la traducción va a estar al español. Solamente seleccionando en la parte superior derecha de la página de ECLKC pueden transferir todo al español. Donde dice un– marquito que dice español. Seleccionando ese encasillado pueden – una vez esté todo traducido al español– lo pueden acceder ahí. ¿OK?

También en Head Start sana, la campaña Head Start sana, encontramos una compilación de preguntas más frecuentes recibidas durante el inicio de la campaña de Head Start sana. Esto también lo pueden encontrar– eventualmente, lo van a compartir en la ventana del chat los colegas que están tras bastidores en el día de hoy conmigo.

Estas preguntas de Head Start sana son preguntas frecuentes que se hicieron a través de– cuando se comenzó la campaña de Head Start sana. También este enlace lo pueden encontrar en el folleto de recursos que está junto con las diapositivas en la presentación del día de hoy, para su mejor acceso. Entre ellas, las preguntas más frecuentes eran maltrato y descuido de menores, apoyo para el duelo y la pérdida, apoyo al personal, a las familias, a los niños durante el distanciamiento social, el autocuidado, el control del estrés.

Realmente, abarca muchísimo. Y como le dije, muy relevante a lo que estamos viviendo. Y también, de alguna manera que se pueden utilizar, eventualmente, con cualquier otro evento que estemos pasando. ¿OK?

Bien, ya casi estamos llegando al final de nuestra presentación. Pero antes de cerrar la misma, quisiera saber cómo piensan. ¿Qué piensan? ¿Cómo pueden ustedes ver– o se imaginan ustedes utilizando estos recursos para facilitar, quizás, una conversación con sus familias? ¿Durante una reunión de equipo, staff, con su personal? ¿Qué mensajes ustedes ven claves, que pudiese ofrecer alguno de estos recursos de información que les compartí hoy?

Pueden compartirlo en el chat. En la cajita del chat o en la ventana del chat. Para sensibilizar y ser más empáticos. Correcto. Puede utilizarse, quizás– en otros espacios he mencionado que pueden ser útiles para establecer un calendario, reuniones de personal. Cuando lo hacen mensualmente, quizás utilizar alguno de estos recursos para reflexionar.

Muy bien. Para apoyo a la familia. Brindar seguridad a las familias, para que cuenten con una red de apoyo. Excelente. Así es. Queremos que esto les sirva de apoyo y de instrumento. Y a medida que ustedes van comentando y van haciendo las preguntas en la ventana de las preguntas– de la sesión de preguntas, perdón.

Todas las preguntas que ustedes hagan, quizás, no me dé tiempo a contestarlas todas, pero de todas maneras nosotros las recibimos y eso nos sirve a nosotros, también, de dar una continuidad al tema. De dar una continuidad a, quizás, a la inquietud que ustedes tengan bajo el tema del trauma, bajo el tema de la resiliencia.

En cada Head Start, en cada región, cada programa tiene sus particularidades y sus necesidades, de acuerdo a su comunidad. Así que traigan– compartan estas inquietudes. Compartan estas preguntas. Ciertamente, sabemos que cada uno de nosotros –y las personas a las que tenemos el honor de atender– tienen grandes experiencias que llevan consigo. Con nosotros en nuestra vida y en nuestras interacciones.

Por eso, cuanto más podamos ofrecer en cuanto a la amabilidad, gentileza, alegría, amor, mucho amor, muchas veces. Y crear esa relación sana, definitivamente, marca la diferencia. Se trata de cómo somos el uno con el otro. Se trata de cómo somos con las familias, con sus hijos e hijas. Y cómo somos con la comunidad y entre nosotros mismos.

Informar a la familia sobre los recursos que tiene Head Start. Sin duda. Esta página es una página con libre acceso para todos, donde todos pueden buscar más servicios, más recursos de información. Gracias. Gracias por las felicitaciones. Definitivamente, estoy muy orgullosa y sí lo reconozco. Es una muy excelente herramienta para ayudar al desarrollo y al servicio a otras personas. No, porque ya que estamos, más o menos, dentro del tiempo de culminación, si tienen alguna pregunta, por favor, compártalas en la ventana de preguntas y respuestas. Con gusto les contestaré.

Livia: Gracias, María Eugenia, por una excelente presentación. Y tenemos aquí una pregunta. Nuestra pregunta es, ¿cómo podría obtener información acerca de técnicas para trabajar con niños especiales?

María Eugenia: Niños especiales –niños con necesidades médicas especiales– puedo entender. La misma página de ECLKC también tiene fuentes de información con estrategias para trabajar con niños con discapacidad o con situaciones médicas especiales. Ya que mencionas esto, también le invito a que puedan ser parte o se integren a ser parte de la comunidad de MyPeers.

La comunidad de MyPeers cuenta con una comunidad de niños con discapacidad y necesidades médicas especiales, en las que ustedes pueden compartir entre pares, entre otros programas– cualquier inquietud, cualquier pregunta, ver, leer otras estrategias que utilizan otros programas- de acuerdo a la necesidad o de acuerdo a la inquietud particular que tengas dentro de esta población.

A mí me parece que MyPeers es una de las herramientas más eficaces que tenemos hoy día, en este mundo virtual que estamos viviendo, para conectarnos y para también acceder a más información. Pero sí, sin duda. ECLKC también tiene herramientas enfocadas a esta población.

Livia: Claro. Gracias. Y bueno, si alguien tiene alguna pregunta después que termine la sesión, por favor, si la pueden escribir a [health@ecetta.info](mailto:health@ecetta.info). Y en español es [health@ecetta.info](mailto:health@ecetta.info). Que lo tenemos aquí en el chat. Si, por favor, Steve lo puede poner. Y ahora podemos pasar a la siguiente diapositiva, que es la diapositiva donde van a entrar– ahí tienen el link para que entren su evaluación. Y Steve, si por favor, también, lo puede poner en el chat. Muchas gracias.

Y aquí en este enlace para la evaluación. Recuerden que después de enviar la evaluación verá un nuevo URL. Este enlace le permitirá acceder, descargar, guardar e imprimir su certificado. Entonces, ustedes primero lo abren, llenan la evaluación y después va a salir un nuevo link que les va a llevar a su certificado. El URL de evaluación también aparecerá cuando se cierre la plataforma de Zoom.

Entonces, antes que cerremos, vamos a ponerlo otra vez. Y una vez que se cierra, automáticamente va a salir el enlace para que ustedes entren su evaluación. Y si por algún motivo ustedes tienen dificultad y no pueden, por favor, escríbannos a nuestro correo electrónico [health@ecetta.info](mailto:health@ecetta.info). Siguiendo diapositiva.

Steve: Livia, te habla Steve. ¿Podrías decirles a los participantes que usen Chrome para hacer la evaluación? Veo que algunos tienen problemas para abrir el enlace.

Livia: Así es.

Steve: Gracias.

Livia: Gracias. Steve, mi colega, me está haciendo recordar– y es muy cierto. Si ustedes tienen alguna dificultad en abrir el enlace, por favor, ábralo en Chrome, en Google Chrome. Tenemos Safari, tenemos diferentes programas, pero si ustedes lo abren en Google Chrome, va a poder ser fácil para que ustedes abran. Muchas gracias, Steve. Gracias por hacerme recordar.

Siguiente diapositiva, por favor, María Eugenia. Muchas gracias a todos por reunirse y enlazarse a nuestro seminario. Estamos muy contentos de tenerles aquí. Y también para hacerles recordar que ayer tuvimos esta sesión en inglés. Y si están interesados a invitar a otras personas, lo postearemos en el website de ECLKC.

María Eugenia: Gracias a todos por su participación y su atención. Y su consideración.

Livia: Por favor, María Eugenia, ¿podrías pasar a la siguiente diapositiva? Y aquí tenemos nuestro número de teléfono del Centro Nacional de Salud, Salud del Comportamiento y Seguridad. También tenemos nuestro correo electrónico. Tenemos la página web de ECLKC. Y también quería invitarlos a ustedes, si están interesados en recibir nuestra lista de correo –que es el mailing list– para suscribirse y enviamos muchos recursos cada mes. Por favor, suscríbese. Y Steve lo va a poner ahora en el chat.

Steve, ¿podrías poner el enlace a nuestro mailing list? Gracias. Bueno, eso es todo por ahora. Queremos darle muchas gracias a María Eugenia, nuestra presentadora, por hacer un seminario tan fantástico. Darle gracias a Steve y a Kate.

Muchas gracias a todos.

María Eugenia: Gracias a todos ustedes. Gracias, Steve. Gracias, Livia. Gracias, Kate. Y gracias a todos ustedes por participar y por su atención. Espero que mantengan el contacto con nosotros y que continúen el humor, la alegría y la curiosidad.

Livia: Y tendremos aquí abierto, tal vez, un par de minutos para que podamos entrar el link de la evaluación y si nos pueden escribir si tienen alguna dificultad.

Steve: Vamos a esperar unos minutos para que escriban lo que necesiten.

Livia: Sí, vamos a esperar un par de minutos para asegurarnos de que todos tengan la información que necesitan.

María Eugenia: Livia, alguien estaba mencionando en el chat que si se escoge por on demand o por ECLKC, el video. De la grabación.

Livia: ¿El video? Ah, Gracias. Muchas gracias, María Eugenia. Entonces, vamos a mandar una copia de este video, de esta presentación, a sus correos electrónicos. A todas las personas que se han registrado. Y también, después, lo vamos a guardar en ECLKC. Y las personas que no se han registrado, también tienen la oportunidad de acceder a esta sesión. Estará guardada en ECLKC.