



Los Niños y el Clima Severo

Prepare a los Niños con Anticipación

Contactos

Robert Ricard Ph.D.
robert.ricard@uconn.edu
860.409.9079

Faye Griffiths-Smith
faye.griffiths-smith@uconn.edu
203.407.3160

Mary Ellen Welch
mary.welch@uconn.edu
860.885.2829

Sitio web: eden.uconn.edu

UConn Extension - 1376 Storrs Road
Storrs, CT 06269-4134

© 2021 Universidad de Connecticut.
Empleador y proveedor de programas
que ofrece igualdad de oportunidades.

El clima severo puede ocurrir en cualquier momento. Prepárese con anticipación para que usted y sus hijos estén seguros, confiados y listos. Los niños pequeños y mayores dependen de los adultos para que les proporcionen información y orientación. ¿Ha hablado con ellos sobre qué hacer si ocurre un clima severo?

Los Niños Tienen Necesidades Únicas

En climas cálidos, los niños corren un mayor riesgo de deshidratación en comparación con los adultos. En climas fríos, los niños pierden calor corporal más rápidamente que los adultos. Como consecuencia, necesitan atención adicional durante el calor y el frío extremos. Preste mucha atención a su hijo/a y dé ejemplo del comportamiento correcto:

- Beba mucha agua cuando haga calor
- Busque áreas con sombra/aire

acondicionado para refrescarse

- Abríguese con varias capas de ropa cuando haga frío
- Busque lugares protegidos y con calefacción para calentarse

Sea honesto

Díales a los niños qué esperar según su edad y su comprensión. Mantenga la calma y use palabras tranquilizadoras: “Las tormentas ocurren, pero estaremos bien”. Responda las preguntas de los niños. Use palabras simples: “Si se apagan las luces,



usaremos linternas para ver”. Incluya a los niños en los preparativos para la tormenta y elogie sus esfuerzos. Los niños tienen un sentido de pertenencia cuando desempeñan un papel y están ayudando.

Hagan un Plan Juntos

Enseñe a los niños información básica: su dirección, número de teléfono y cómo y cuándo marcar el 911. Anime a los jóvenes a pedir ayuda a los miembros de su familia. Seleccione un lugar para reunirse dentro y fuera en caso de emergencia. Los niños que se sienten preparados tienen más probabilidades de tener un sentido de autocontrol.

Las condiciones climáticas

Familiarice a los niños con las condiciones climáticas estacionales. Explique usando palabras de fácil comprensión. Por ejemplo: “Si escuchas truenos o ves nubes de tormenta, entra a la casa/apartamento de inmediato”. O “Bebe más agua cuando

hace calor”. Cuando se emitan advertencias de inundación, enséñeles a los niños a mantenerse fuera del agua estancada o en movimiento. Practique el uso de frases como: Turn Around, Don't Drown® y Move to Higher Ground®.(Dáte la Vuelta, No te Ahogues, Alcanza Tierra Firme).

Manténgase informado

Los medios y las autoridades locales brindan actualizaciones sobre el clima cambiante y las recomendaciones de seguridad a medida que se acercan las tormentas. Mire/escuche el clima en la televisión, la computadora o una aplicación para que los niños aprendan sobre el clima local en condiciones normales. No alarme a los niños con imágenes gráficas del clima. Dígales de una manera tranquila y positiva que ustedes, como familia, estarán a salvo.

Fuentes

Centros de Control y Prevención de Enfermedades. (2020, 1 de septiembre). ¿En qué se Diferencian los Niños de los Adultos?

<https://www.cdc.gov/childrenindisasters/differences.html>

Para obtener más información, www.ready.gov/kids