

Protegiendo a los niños de la violencia

Los padres trabajan arduamente para proteger a sus hijos. La mayoría de los padres de familia intentan mantener a sus hijos a salvo de cualquier daño.

Sin embargo, ellos no tienen el control sobre todo. La violencia y el daño pueden ocurrir sin importar lo que hagamos. Desastres naturales y sucesos trágicos. Los padres no pueden proteger por completo a un hijo del daño o la exposición a ciertos sucesos.

Cualquier suceso trágico puede causar estrés en un hijo. Los padres necesitan comprender esto. Necesitan poder ayudar a sus hijos a lidiar con sus sentimientos. Esto es cierto, incluso si el hijo no está involucrado de forma directa.

A continuación presentamos algunas maneras en que puede ayudar:

- **Tómese el tiempo para reflexionar.** Las personas responden de forma diferente a los sucesos. Por lo general, las respuestas dependen de experiencias pasadas. Los niños no cuentan con esas experiencias. No comprenden por qué sucedió algo. Es importante considerar cómo se siente su hijo. Hable sobre sus propias experiencias con su hijo. Esto puede ayudarle a lidiar con lo que está pasando.
- **Tome la situación seriamente.** Cualquier suceso puede afectar un niño. Es importante que los padres de familia tomen todos los eventos seriamente. Los padres necesitan mostrar que brindarán apoyo y protegerán a su hijo del peligro. Incluso si el evento ya pasó. Si un niño muestra señales emocionales, existe un motivo. Escuche las preocupaciones del niño. Esto es importante ya que son avisos de que algo sucedió.
- **Sea abierto y comprensivo.** Cuando un hijo pasa por un evento trágico, esto afecta a todos los miembros de la familia. Algunos miembros de la familia pueden sentir que la mejor forma de lidiar con la situación es no hablar sobre el tema. Pero es posible que algunos niños no sepan cómo comunicar lo que siente. Dé algo de tiempo al niño. No deje solo a su hijo.

- **Comprenda el proceso de curación.** Las cosas se ven diferentes después de un suceso trágico. Podría tener efectos que cambian la vida. Niños tienen una gran capacidad para adaptarse. Pueden encontrar una forma de lidiar con la situación. Esto es parte del proceso de cicatrización. Es importante respetar este proceso. Cada individuo necesita tiempo para recuperarse. Los padres necesitan apoyar a sus hijos durante este tiempo.

Este documento es solo de carácter informativo. No pretende dar asesoramiento médico. No debe utilizarse para sustituir una visita a un proveedor de salud. Magellan Health Services no respalda otros recursos que puedan mencionarse aquí.