

LOS NIÑOS Y NIÑAS MÁS ALLÁ DE LAS LLAMAS

Señor Director:

Mientras la emergencia por los incendios forestales se extiende en la zona centro-sur del país, con miles de hectáreas consumidas y comunas completas bajo amenaza, la atención pública se ha concentrado, comprensiblemente, en el combate del fuego y la reconstrucción. Sin embargo, existe otra emergencia que avanza en silencio y que requiere la misma urgencia: las cicatrices emocionales que esta catástrofe deja en niños y niñas.

Con el Estado de Catástrofe decretado en regiones como Ñuble y Biobío, y con más de 20 mil hectáreas afectadas en los últimos días, se advierte que la infancia enfrenta riesgos que van más allá de lo material. La evidencia demuestra que, junto a los impactos físicos inmediatos, como problemas respiratorios, las secuelas más persistentes suelen ser emocionales, tales como estrés postraumático, ansiedad y un profundo temor a la pérdida.

Estos eventos generan estrés tóxico en el núcleo familiar. Padres e hijos viven ansiedad, miedo e incertidumbre, y los niños, al percibir la angustia de sus cuidadores, pueden iniciar procesos de duelo por la pérdida de su hogar, su entorno o su sensación de seguridad. Estudios previos en adolescentes expuestos a incendios revelan una alta prevalencia de síntomas asociados a ansiedad y estrés postraumático, una realidad que hoy vuelve a instalarse con fuerza.

Frente a este escenario, es clave que las familias y la comunidad estén atentas a señales de alerta como regresiones, trastornos del sueño, somatización o cambios bruscos de ánimo. La contención emocional debe ser la primera respuesta, y es escuchar, validar el miedo, abrir espacios de conversación, fomentar el juego y el dibujo como formas de expresión y limitar la exposición a imágenes traumáticas.

Cuidar la salud mental de la infancia no es un gesto secundario, sino una inversión en su bienestar futuro. Protegerlos hoy es evitar que las llamas de esta tragedia sigan ardiendo en su interior mañana.

Andrea Mira,
Académica de la Escuela de Enfermería Universidad Andrés Bello