



CREANDO UN AMBIENTE SEGURO



Por Jane Sutter

Muchas cosas pueden salir mal inesperadamente cuando los niños están solos en casa. ¿Cómo pueden los padres enseñar a sus hijos a responder a una variedad de emergencias, como un inodoro desbordado o una quemadura por una taza de chocolate caliente derramada? Sin mencionar los peligros de que extraños lleguen a la puerta de entrada.

Lynn Fulmore imparte clases para niños de 7 a 12 años sobre cómo tomar decisiones inteligentes cuando están solos en casa o en casa con hermanos y los padres no. Fulmore es la fundadora e instructora principal de EPIC Trainings: Emergency Preparedness Instruction and Certification.

Paramédica jubilada, Fulmore y sus asociados (muchos son maestros jubilados) imparten estas clases en centros de

recreación de la zona y en reuniones de grupos de jóvenes de la iglesia, tropas de Niños Escuchas y Niñas Escuchas, etc. Los temas que se cubren incluyen primeros auxilios básicos, cómo tratar con extraños en la puerta, responder el teléfono, seguridad en Internet y cómo reaccionar ante emergencias como cortes de energía e incendios. Lo que sigue a continuación es solo una parte de lo que Fulmore enseña en clase.

Conocimiento de primeros auxilios

Por lo general, los niños más pequeños (de 7 u 8 años) de la clase no van a estar solos en casa, sino con un hermano mayor, dijo Fulmore. Conocer los primeros auxilios básicos es una preocupación popular para los padres de niños más pequeños, dijo Fulmore, porque ¿qué pasa si el hermano mayor se lesiona? ¿Un niño más pequeño sabría qué hacer?

Fulmore dijo que los padres deben asegurarse de que los niños sepan dónde está el botiquín/caja/cajón de primeros auxilios en la casa y que esté a su alcance, no en un estante alto donde los niños no puedan alcanzarlo. Los padres deben revisar el botiquín de primeros auxilios periódicamente, como cuando adelantan o atrasan los relojes, para asegurarse de que esté bien provisto de vendajes y otros elementos.

Conexiones telefónicas

Hoy en día, muchos hogares ya no tienen líneas telefónicas fijas. Los padres tienen teléfonos móviles, pero si el niño no tiene un teléfono móvil, ¿cómo puede llamar al 911, a uno de sus padres, a un vecino, etc.? Fulmore dice que a veces un padre dice: "No creo que mi hijo de 9 años tenga la edad suficiente para tener

Continúa en la página 2

un teléfono móvil". Fulmore contrarresta eso con: "Si cree que no tienen la edad suficiente para tener un teléfono móvil, entonces probablemente no tengan la edad suficiente para quedarse solos en casa porque es una responsabilidad igual. Y ahora se quedan solos en casa sin un medio de comunicación. Eso es realmente preocupante, ya sea que llamen al 911 porque alguien está herido, porque hay un incendio o porque alguien está en la puerta y tiene miedo".

En cuanto a los teléfonos móviles, Fulmore recomienda que los padres no sólo programen sus números de teléfono móvil en el teléfono de sus hijos, sino también los de su oficina. Otros números que se pueden incluir son el del cine si los padres han ido al cine; el de tiendas como Walmart o Target si un padre va de compras allí porque las llamadas pueden cortarse; el número de teléfono de un vecino de confianza.

Por ejemplo, si hay un corte de luz en casa, si el niño tiene el número de teléfono de un vecino, puede llamar allí para ver si tiene electricidad. Esos números de teléfono también deberían estar publicados en algún lugar accesible, como en el refrigerador, dijo Fulmore. Esto podría incluir una lista de las alergias que pueda tener el niño, que es una información importante si hay una emergencia médica.

¿En quién puede confiar un niño?

Fulmore recomienda que los padres enseñen a sus hijos la diferencia entre alguien que conocen y alguien que es un miembro de la familia o un amigo de confianza de la familia. Por ejemplo, el cartero puede ser alguien que el niño conoce, y eso puede darle una falsa sensación de familiaridad. Incluso si a un niño se le ha indicado que no abra la puerta cuando está solo en casa, puede pensar: "Oh, sé que es el cartero, así que si está tocando el timbre (y sosteniendo un paquete), abriré la puerta".

Fulmore les dice a sus estudiantes: "No,



en realidad no conocen al cartero. Puede dejar el paquete afuera".

Incluso si uno de los padres está en casa, ya sea despierto o durmiendo, se le debe indicar al niño que no abra la puerta, sino que llame al padre y le haga saber que hay alguien en la puerta.

Fulmore también expresó su preocupación por el servicio que permite entregar paquetes dentro del garaje de una casa mediante acceso electrónico. Por ejemplo, supongamos que un niño solo en casa sale al garaje para sacar algo de un congelador. La puerta del garaje podría estar abierta y un extraño podría estar dentro entregando un paquete. "Es otra capa de seguridad que no debería dejar pasar por su propia conveniencia", dijo.

¿Cuál es el mayor temor de un niño cuando está solo en casa?

Fulmore les hace esa pregunta a sus alumnos. "Su mayor temor es que sus padres se lastimen y no lleguen a casa", afirma Fulmore. Para ella, esa respuesta es desgarradora y un buen recordatorio de que los niños realmente aman a sus pa-

dres. Si los padres llegan tarde y no van a llegar a casa a la hora prevista, deberían llamar a sus hijos para aliviarles la incertidumbre o la ansiedad.

Si se produce un incendio:

De todos los temas que Fulmore y sus asociados cubren en clase, Fulmore dijo que el concepto más difícil de entender para los niños es qué hacer si hay un incendio en la casa donde hay hermanos. Fulmore les dice a los niños que, si la casa está en llamas, "Sal de la casa. Eso significa que dejes todo y a todos, y llegues al lugar de encuentro (designado), y tu trabajo es llamar al 911 y avisarles quién queda dentro de la casa. Ese es el concepto más difícil de entender para ellos, que no irían a buscar a su hermano o hermana". Por supuesto, si el hermano de un niño está en la misma habitación, "tómalo de la mano y vete", dijo Fulmore. Pero si un hermano está arriba o abajo, ella quiere que el niño grite al salir por la puerta para llamar su atención, pero que no suba por él. "Les explicamos lo desgarrador que sería para ellos si sus dos padres no volvieran a casa. Lo horrible que sería. Si uno llega a casa, al menos te quedas con uno. Así es como se sentirían tus padres en caso de un incendio". Dijo que a los niños no les gusta escuchar esto y a veces se emocionan, pero entienden por qué Fulmore les está diciendo esto. Les enfatiza: "Esto es terrible, pero es una responsabilidad, y si no sientes que estás listo (para estar en casa sin un padre), sé honesto con tus padres. No significa que no seas maduro, significa que eres responsable y eres maduro para

CLASES DE SEGURIDAD EN CASA:

EPIC Trainings: Emergency Preparedness Instruction & Certifications ofrece clases de dos horas para ayudar a los niños a estar preparados para estar solos en casa de manera segura. También ofrece clases para niños, adultos, profesionales y personal de respuesta a emergencias sobre CPR (siglas en inglés para Resucitación cardiopulmonar), primeros auxilios, capacitación para niñeras, seguridad de entrenadores, seguridad en Internet, capacitaciones de OSHA y "Just Yell FIRE", una clase de concienciación sobre defensa personal para mujeres de 11 años hasta la edad universitaria.

Para obtener más información, visite <https://www.epictrainings.com/> o llame a Lynn Fulmore al 585-615-4379 o envíe un correo electrónico a email@epictrainings.com.

Continúa en la página 3

decir que no creo que esté listo para esto todavía”.

Cocinar cuando está solo

Debido a la preocupación por los incendios y las quemaduras, Fulmore enseña a los niños a no usar la estufa, el microondas ni ningún otro electrodoméstico de cocina cuando están solos en casa. Dijo que las dos cosas principales con las que los niños se queman son las palomitas de maíz para microondas (debido al vapor que sale de la bolsa cuando un niño intenta abrirla) y el chocolate caliente derramado. A menudo, los microondas se colocan en lo alto y debajo de un armario, a la altura de los ojos de un adulto, pero no de un niño. Por lo tanto, el niño que saque una taza de chocolate caliente del microondas podría derramarlo sobre sí mismo y sufrir una quemadura.

“Hay tantas cosas que considerar que son una segunda naturaleza para nosotros (los padres) porque lo hemos hecho durante tanto tiempo, pero para los niños hay tantas cosas que pueden salir mal”, afirmó Fulmore. Incluso un pequeño trozo de papel de aluminio dejado en un recipiente de refrigerio apto para microondas puede provocar un incendio en un microondas, por ejemplo.

Para ayudar a los niños a pensar en refrigerios o comidas que no requieran cocción, Fulmore le pide a cada niño de la clase que comparta una idea, y los niños

elaborarán una larga lista de ideas.

¿Qué pasa si el inodoro se desborda?

Ese es un tema en el que la mayoría de los padres no piensan cuando preparan a sus hijos para estar solos en casa, dijo Fulmore. Cuando les pregunta a sus estudiantes qué harían si el inodoro se desborda, lo más frecuente es que escuchen “cerrar la puerta del baño y esperar a que el padre llegue a casa”.

Por supuesto, eso podría resultar en que un padre llegue a casa y se encuentre con un verdadero desastre. Si el inodoro está tapado y se desborda, Fulmore da instrucciones de “no tirar de la cadena de nuevo”, sin importar lo avergonzado que pueda sentirse el niño. Un niño mayor podría ser capaz de usar un destapador. La mayoría de los niños no saben cómo cerrar el flujo de agua, por lo que Fulmore lleva a sus estudiantes a un baño y les muestra dónde está la válvula de cierre del inodoro.

¿Cuándo están listos los niños para quedarse solos?

En el estado de Nueva York, no hay una ley que determine a qué edad se puede dejar a los niños solos en casa. “Eso se debe a una razón, porque cada niño es diferente”, dijo Fulmore.

Su hijo, a los 8 años, podía quedarse en casa por períodos cortos de tiempo, como cuando su madre salía a buscar una receta y regresaba enseguida, dijo Fulmore. Su hija era bastante diferente y no tenía la madurez



suficiente para quedarse en casa hasta los 12 años. “Por eso, conocer a sus hijos, conocer sus fortalezas” es importante para que los padres tomen esa decisión.

Fulmore dijo que está descubriendo que más padres dejan a sus hijos solos en casa los días en que las escuelas están cerradas por los días de conferencia del superintendente o los feriados. “Los padres simplemente no tienen tantos días libres” disponibles para quedarse en casa. Sus clases son especialmente populares en mayo y junio antes de que las escuelas cierren por el verano y los padres están decidiendo si sus hijos son lo suficientemente responsables como para estar solos en casa, aunque sea parte del día. Sus clases también son populares entre los padres (incluidos los maestros) que necesitan irse a trabajar temprano por la mañana antes de que llegue el autobús escolar del niño. De esta manera, el niño está solo y es responsable de prepararse para la escuela. O, a veces, un padre puede estar en casa, pero, como trabaja en el turno de noche, está durmiendo o haciendo la siesta, por lo que quiere que sus hijos estén seguros.

Si bien los padres no asisten a las clases con sus hijos, Fulmore les pide que lleguen 15 minutos antes de que finalice la clase para escuchar directamente de sus hijos lo que han aprendido. Después de la clase, envía por correo electrónico un libro de ejercicios a los padres como herramienta de seguimiento.

Jane Sutter es una escritora independiente que vive en Rochester.

CONSEJOS PARA MANTENER SEGUROS A LOS NIÑOS EN CASA:

A continuación, se incluyen ideas adicionales de HomeAdvisor Powered by Angi: Linternas y kits de emergencia: Muéstreles a los niños dónde se guardan las linternas y asegúrese de que siempre estén cargadas con baterías nuevas. Aparte del botiquín de primeros auxilios, prepare un kit de emergencia que contenga cosas como una radio de cuerda y documentos familiares importantes. Muéstreles a los niños dónde encontrarlo y qué hacer con él en caso de que ocurra un desastre repentino. Cómo hacer funcionar el sistema de alarma: Si tiene un sistema de alarma de seguridad, practique la interacción con él para que los niños se sientan cómodos al configurarlo, desactivar ciertas funciones y activarlo manualmente en caso de una emergencia. Es mejor no mostrarles cómo desactivarlo por completo y permitir la entrada de visitantes o intrusos inesperados. Guarde los artículos peligrosos: Retire o guarde bajo llave de forma segura los

artículos y las armas que puedan causar daños accidentales, como encendedores, fósforos, pistolas, municiones y cuchillos. Guarde de forma segura el alcohol, los medicamentos y los limpiadores domésticos que pueden ser venenosos si se ingieren, como detergentes, blanqueadores, pesticidas, productos de limpieza y líquidos inflamables.

Límites de Internet, juegos y TV: Establezca restricciones en Internet y la TV para asegurarse de que sus hijos no tengan acceso a contenido que sería inapropiado. Guarde el contenido para adultos, como videojuegos violentos o películas para adultos, que preferiría que no vieran. Si usted no está presente para supervisar su acceso, es posible que, intencionalmente o no, se topen con material que podría causarles angustia.

Para obtener más consejos, visite <https://www.homeadvisor.com/r/child-safety-guide-home-alone/>

Mantengase Atento a estas Señales de Advertencia de Abuso en Menores de Edad

No quieren ver a **la persona** que antes sido cercanos a ellos

La disminución del rendimiento **académico**

Intenta ocultar el uso de la **tecnología**

Ya no les interesan las **actividades** que antes disfrutaba

Cambios en la **personalidad**

Demuestra **comportamiento agresivo** o constantemente enojado



Intenta de conseguir menores de edad **solos**

Comete **violaciones** físicos y emocionales

Se retira de familia o amigos

Guarda **secretos** con menores de edad

Los dan **regalos** lujosos a menores de edad

Permita o anima a menores de edad que **rompan la leyes** o reglas

Tiene conversaciones **inapropiadas** o sugestivas con menores de edad

Están muy interesado en **pasar tiempo** con menores de edad

No creen que las **reglas** apliquen a ellos (o, no siguen reglas o protocolos)

Toma **fotos** sin aprobación, o pide a los menores de edad que les envíen fotos

...y Estas son Señales de Advertencia de los Perpetradores



ROMAN CATHOLIC
DIOCESE OF ROCHESTER

El Boletín Creación de un Entorno Seguro

se publica trimestralmente por la Diócesis Católica Romana de Rochester con el objetivo de ayudar a todos nosotros a mantener seguros a los niños y adultos vulnerables en el hogar, en la iglesia y en todos los lugares en la comunidad.

Puede dirigir sus comentarios a:

Tammy Sylvester,
Coordinadora diocesana de Educación Sobre Entorno Seguro y Cumplimiento
585-328-3228,
o en Tammy.Sylvester@dor.org.

Víctimas de abuso sexual por cualquier empleado de la Iglesia deben ser reportadas a las autoridades civiles siempre.

Para reportar un caso de posible abuso sexual y recibir ayuda y orientación de la Diócesis Católica Romana de Rochester, contacte a la Coordinadora de Asistencia a las Víctimas diocesana:

Deborah Housel
(585) 328-3228, ext. 1555;
gratis 1-800-388-7177,
ext. 1555
victimsassistance@dor.org

Todas las fotos en este boletín son para propósitos de ilustración solamente

RECURSOS DE SEGURIDAD ADICIONALES

RECURSOS DE SEGURIDAD EN LÍNEA

Webonauts Internet Academy:

<http://pbskids.org/webonauts/>

Juego PBS Kids que ayuda a niños más jóvenes entender los conceptos básicos de conducta y seguridad en Internet.

NSTeens:

<http://www.nsteens.org/>

Un programa del Centro Nacional para Niños Desaparecidos y Explotados que tiene juegos interactivos y videos sobre varios temas de seguridad en Internet.

PARA PADRES:

Common Sense Media

<https://www.common sense media.org/parent-concerns>

Una página web actualizada frecuentemente que está repleta de recursos. Dedicada a mejorar las vidas de niños y familias proporcionándoles información y educación

Family Online Safety Institute:

<http://www.fosi.org/>

iKeepSafe:

<http://www.ikeepsafe.org/>

Recursos para padres, educadores, niños y parroquias sobre cómo navegar las tecnologías móviles y los medios sociales

Faith and Safety:

<http://www.faithandsafety.org>

Seguridad en un mundo digital, un proyecto conjunto de la Conferencia de Obispos Católicos de EE.UU. y Griego

INFORMACIÓN SOBRE RECURSOS LOCALES Y CONTACTO

Bivona Child Advocacy Center

(Condados de Monroe, Wayne)

www.BivonaCAC.org

585-935-7800

Chemung County Child Advocacy Center:

607-737-8449

www.chemungcounty.com

Child Advocacy Center of Cayuga County:

315-253-9795

www.cacofcayugacounty.org

Finger Lakes Child Advocacy Program

(Ontario County):

www.cacfingerlakes.org

315-548-3232

Organización Darkness to Light:

www.d2l.org

STEUBEN COUNTY: Southern Tier Children's Advocacy Center:

www.sthcs.org

716-372-8532

NYS State Central Registry

(Línea de Auxilio para Reportar

Abuso de Niños):

1-800-342-3720

NYS Child Advocacy Resource and Consultation Center (CARCC)

866-313-3013

Tompkins County Advocacy Center:

www.theadvocacycenter.org

607-277-3203

Wyoming County Sexual Abuse Response Team:

585-786-8846

Yates County Child Abuse Review Team:

315-531-3417, Ext. 6