



GUÍA DE ACOMPAÑAMIENTO EDUCATIVO EN SITUACIONES DE EMERGENCIA

Orientaciones prácticas para docentes y equipos educativos

Incluye kit de herramientas descargables

1

PREPARARNOS

Anticipar también es
cuidar.

2

ACOMPAÑAR

Escuchar, validar y
proteger.

3

CONTINUAR

Volver a construir
comunidad.

PROPÓSITO

Fortalecer capacidades para responder ante una emergencia cuidando la seguridad, el bienestar emocional y la continuidad pedagógica de estudiantes y docentes.

Herramienta pedagógica complementaria. No sustituye el plan institucional de gestión del riesgo, los protocolos de emergencia ni la atención profesional especializada.

01 • PRESENTACIÓN

Una guía para prepararnos, responder, acompañar, volver y continuar.

Una emergencia puede alterar la sensación de seguridad, las rutinas, los vínculos y las posibilidades de concentración y aprendizaje. La respuesta educativa no termina cuando cesa el movimiento: también implica recuperar organización, confianza, vínculos y posibilidades de continuar.

Esta guía reúne orientaciones para la preparación, el cuidado de quienes acompañan, los primeros auxilios psicológicos, la identificación de señales de alerta y el regreso pedagógico después de una emergencia. Se complementa con un kit de herramientas descargables para llevar estas orientaciones a la práctica.

• PRINCIPIO ORIENTADOR •

“Primero me reconozco. Luego me preparo. Después acompaño. Y cuando lo necesito, pido ayuda.”

02 RECORRIDO DE LA GUÍA

1

Prepararnos para un sismo

Preparación, organización, evacuación y respuesta.

2

Cuidar al cuidador

Reconocer mi estado antes de acompañar.

3

Primeros auxilios psicológicos

Observar, escuchar, validar y conectar.

4

Observar, identificar y activar

Semáforo para orientar decisiones.

5

Herramientas para volver

Fichas breves para expresión y regulación.

6

Volver a aprender

Rutina, seguridad y flexibilidad pedagógica.

7

Continuar después de la emergencia

Vínculos, comunidad y futuro.

8

Rutas y herramientas descargables

Saber cuándo pedir ayuda y contar con recursos prácticos para acompañar.



03 · PREPARARNOS PARA UN SISMO

Anticipar también es una forma de cuidar.

La institución debe contar con su plan de gestión del riesgo. Esta guía ayuda a convertirlo en acciones que docentes y estudiantes puedan conocer, practicar y recordar.



ANTES DEL SISMO



CONOZCO

Rutas de evacuación, salidas, punto de encuentro y zonas de riesgo.



ORGANIZO

Roles, responsables, listas, comunicación con familias y apoyos.



PREPARO

Elementos básicos y canales de comunicación definidos por la institución.



PRACTICO

Simulacros, acuerdos de aula y respuestas claras, sin generar pánico.



CHECKLIST DEL DOCENTE

- ☐ Conozco la ruta de evacuación.
- ☐ Conozco el punto de encuentro.
- ☐ Conozco mi rol.
- ☐ Sé cómo hacer el conteo del grupo.
- ☐ Sé cómo reportar necesidades.
- ☐ Conozco los apoyos y rutas de mi institución.
- ☐ Sé qué información oficial comunicar.



RECUERDA

Los detalles operativos —rutas, puntos de encuentro, responsables y comunicación— deben corresponder al plan institucional y a las instrucciones oficiales.

04 • DESPUÉS DEL SISMO

Seis prioridades para ordenar la respuesta.

Cuando el movimiento termine, sigue el plan institucional. Las seis prioridades ayudan a organizar la respuesta sin perder de vista la seguridad y el bienestar.

1



PROTEGER

Alejarse de riesgos y seguir el protocolo.

2



EVACUAR

Salir cuando corresponda y llegar al punto establecido.

3



VERIFICAR

Revisar al grupo y realizar el conteo.

4



REPORTAR

Informar lesiones, ausencias o necesidades especiales.

5



COMUNICAR

Usar información oficial y evitar rumores.

6



ACOMPañAR

Brindar apoyo inicial y activar rutas cuando sea necesario.



NO TODO OCURRE EN EL MISMO ORDEN.

La secuencia concreta puede variar según el protocolo institucional, las condiciones del lugar y las instrucciones oficiales.

Una respuesta organizada reduce la improvisación y ayuda a que docentes y estudiantes sepan qué hacer.

05 · CUIDAR AL CUIDADOR

Cuidarme también es una forma de cuidar.

En una emergencia, el docente puede ser simultáneamente una persona afectada y una figura de referencia. Reconocer el propio estado emocional permite decidir si se puede acompañar, si se necesita apoyo o si es necesario solicitar relevo.

1

ME DETENGO

¿Cómo estoy? ¿Qué siento?

2

ME UBICO

¿Qué necesito antes de entrar?

3

ME ORGANIZO

¿Puedo acompañar o necesito apoyo?

SEMÁFORO COMO CUIDADOR/A



VERDE

PUEDO ACOMPAÑAR

Estoy disponible y puedo sostener la jornada.

¿QUÉ HAGO?

Escucho, válido y acompaño.



AMARILLO

NECESITO APOYO

Puedo continuar, pero necesito una pausa, relevo o apoyo.

¿QUÉ HAGO?

Pido ayuda y ajusto mi carga.



ROJO

NECESITO RELEVO

Estoy demasiado afectado/a o existe una situación que requiere atención.

¿QUÉ HAGO?

No me quedo solo/a: pido ayuda y sigo la ruta.



ANTES DE ENTRAR AL AULA

Respira, ubícate, revisa qué necesitas y define a quién pedir apoyo si tu estado cambia.



PEDIR RELEVO TAMBIÉN ES CUIDAR

Solicitar apoyo no significa abandonar a los estudiantes. Significa reconocer límites y proteger el acompañamiento.

06 · PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS

Acompañar no es hacer terapia: es ofrecer apoyo humano, práctico y seguro.



Después de una emergencia pueden aparecer miedo, tristeza, irritabilidad, confusión, llanto, silencio o necesidad de cercanía. Muchas reacciones pueden ser respuestas humanas ante una situación extraordinaria. El docente no necesita diagnosticar para acompañar.

1



OBSERVAR

Miro sin juzgar.

2



ESCUCHAR

Me acerco, escucho y valido.

3



CONECTAR

Conecto con apoyos y rutas.



VALIDAR SIN MINIMIZAR

❌ EVITO DECIR

- “Ya pasó”.
- “No tengas miedo”.
- “Tienes que ser fuerte”.
- “No llores”.
- “Eso no es para tanto”.

✅ PUEDO DECIR

- “Entiendo que esto pueda darte miedo”.
- “Estoy aquí contigo”.
- “¿Qué necesitas?”.
- “Vamos paso a paso”.
- “Podemos buscar ayuda juntos”.



¿POR QUÉ VALIDAR?

Porque reconocer una emoción no significa aprobarla ni dejar que controle la situación. Significa reconocer que la experiencia emocional existe y que merece ser escuchada antes de intentar resolver.



EJEMPLO DE AULA

Situación: una estudiante llora después de una réplica.

Observo: se aleja del grupo y tiembla.

Escucho: “Veo que esto te asustó”.

Valido: “Tiene sentido que estés asustada después de lo que vivimos”.

Conecto: “¿Quieres que busquemos a alguien contigo?”.



07 • OBSERVAR, IDENTIFICAR Y ACTIVAR

El semáforo orienta: no diagnostica.

Observamos intensidad, duración, interferencia en la vida cotidiana y presencia de riesgo. Si existe duda, el docente puede consultar con el equipo responsable de la institución.



☐ VERDE • PUEDO ACOMPAÑAR

Miedo, preocupación, llanto, irritabilidad o dificultad temporal para concentrarse.

Hago: escucho, valido, acompaño y observo.



☐ AMARILLO • OBSERVO Y APOYO

Cambios persistentes, aislamiento, alteraciones de sueño/apetito o afectación importante de la vida escolar.

Hago: converso, registro y conecto con orientación/familia.



☐ ROJO • NECESITO ACTIVAR UNA RUTA

Riesgo de hacerse daño o dañar a otros, violencia, vulneración o señales de riesgo grave.

Hago: no dejo sola a la persona, informo al equipo responsable y activo la ruta correspondiente.



La herramienta organiza la observación y la toma de decisiones; no reemplaza una valoración profesional.

08 - HERRAMIENTAS PARA VOLVER

Un mapa rápido: elige la herramienta según la necesidad.

No es necesario utilizarlas todas. Selecciona según la edad, el momento, la disposición del estudiante y el contexto.



RECONOCER CÓMO ME SIENTO

Termómetro emocional: ubicar intensidad y poner palabras.



NOMBRAR EMOCIONES

Rueda de las emociones: ampliar vocabulario emocional.



ESCUCHAR

Escuchar también es acompañar: escuchar, validar y preguntar.



REGULAR

Abrazo de mariposa: probar una estrategia sencilla de regulación.



VOLVER AL PRESENTE

Grounding 5-4-3-2-1: usar los sentidos para orientarse en el aquí y ahora.



EXPRESAR

Si no puedo decirlo, puedo expresarlo: dibujar, escribir, crear o expresar.

DECIDIR CÓMO ACOMPAÑAR

Semáforo de acompañamiento: orientar qué hacer según lo observado.

IDENTIFICAR APOYOS

Mi red de apoyo: reconocer personas y lugares a los que puedo acudir.

KIT DE HERRAMIENTAS DESCARGABLES

Fichas para descargar, imprimir y usar de forma independiente o combinada, según la necesidad, la edad y el contexto educativo.

09 • VOLVER A APRENDER

Volver a la escuela también es recuperar ritmos, vínculos y posibilidades.

Retomar la rutina puede ser protector, pero no significa fingir que nada pasó. El regreso pedagógico puede incluir momentos breves de expresión, acuerdos de cuidado, información clara y flexibilidad frente a dificultades temporales de concentración o participación.

¿QUÉ PODEMOS HACER?



RECUPERAR RUTINAS

Anticipar horarios, cambios y transiciones. Recuperar estructura sin exigir que todo vuelva a la normalidad inmediatamente.



DAR SEGURIDAD

Información clara, acuerdos de aula y adultos disponibles para orientar.



PERMITIR PAUSAS

Dar oportunidades breves de respiración, movimiento o regulación cuando sea necesario.



ABRIR ESPACIOS DE EXPRESIÓN

Permitir hablar, escribir, dibujar o crear sin obligar a compartir experiencias personales.

¿QUÉ NO NECESITAMOS HACER?

- ⊗ Obligar a hablar o contar lo ocurrido.
- ⊗ Pedir que narren experiencias traumáticas delante del grupo.
- ⊗ Interrogar para obtener detalles.
- ⊗ Minimizar emociones.
- ⊗ Convertir cada clase en una sesión terapéutica.
- ⊗ Suponer que toda reacción significa un trastorno.

10 · CONTINUAR DESPUÉS DE LA EMERGENCIA

La recuperación también es volver a imaginar el futuro.

La recuperación puede requerir tiempo para reorganizar rutinas, procesar pérdidas, fortalecer vínculos y recuperar proyectos. La escuela acompaña este proceso sin convertir el aula en un espacio terapéutico.

1

BIENESTAR

Seguimos reconociendo necesidades.

2

VÍNCULOS

Fortalecemos redes y comunidad.

3

FUTURO

Volvemos a pensar en metas.



MI COMUNIDAD DESPUÉS DE LA EMERGENCIA

¿Qué aprendimos? ¿Qué necesitamos mejorar? ¿Qué podemos hacer juntos?



MI FUTURO SIGUE SIENDO POSIBLE

Algo que quiero volver a hacer, algo que quiero aprender y un pequeño paso que puedo dar.



IDEA PEDAGÓGICA

No se trata solamente de “volver a la normalidad”, sino de recuperar condiciones para aprender, relacionarse, sentirse seguro/a y proyectarse nuevamente.

11 · RUTAS Y REDES DE APOYO

Saber cuándo pedir ayuda también es acompañar.

El docente no debe resolver solo situaciones que requieren atención especializada, protección o intervención en salud. La ruta concreta debe corresponder a los protocolos de cada institución y territorio.

LÍNEA 106 · SALUD MENTAL

Orientación, escucha y apoyo inicial en salud mental. El Ministerio de Salud informa que es gratuita, confidencial y funciona 24/7.

LÍNEA 141 · ICBF

Línea gratuita nacional para protección, emergencia y orientación. El ICBF informa disponibilidad 24 horas.

ANTE IDEACIÓN, INTENTO O CONDUCTA SUICIDA

No dejes sola a la persona. Mantén la calma, informa al equipo responsable y activa de inmediato la ruta institucional y de salud. El Código Dorado, establecido mediante la Resolución 0347 de 2026, articula una respuesta inmediata, integral y coordinada frente a conducta suicida.

MI RUTA INSTITUCIONAL

Persona responsable:

Coordinación:

Salud / EPS:

Otros contactos:

Orientación escolar:

Contacto de emergencia:

Ruta de protección:

¿Dónde consulto el protocolo?

12 · KIT DE HERRAMIENTAS DESCARGABLES

Fichas prácticas para descargar, imprimir y utilizar junto a las orientaciones de la guía.

La guía se complementa con un kit de fichas visuales para facilitar la aplicación de sus orientaciones. Cada recurso puede descargarse e imprimirse por separado y utilizarse en el aula, en espacios de acompañamiento o con equipos educativos.

HERRAMIENTAS INCLUIDAS

A1
Termómetro emocional

Reconocer la intensidad de lo que siento.

A2
Mi botiquín emocional

Identificar recursos personales y apoyos.

A3
Semáforo para acompañar a mis estudiantes

Orientar observación, apoyo y activación de rutas.

A4
Rueda de las emociones

Ampliar el vocabulario emocional.

A5
Lo que digo, lo que evito decir

Validar sin minimizar.

A6
Escuchar también es acompañar

Escuchar, validar y preguntar.

A7
Abrazo de mariposa

Una estrategia sencilla para volver a la calma.

A8
Grounding 5-4-3-2-1

Usar los sentidos para regresar al presente.

A9
Si no puedo decirlo, puedo expresarlo

Dibujar, escribir, crear o moverse.

A10
Semáforo de acompañamiento

Decidir qué hacer según lo observado.

A11
Mi red de apoyo

Reconocer personas, lugares y apoyos disponibles.

A12
Termómetro emocional - escala breve

Observar la intensidad y elegir acciones de cuidado.

CÓMO UTILIZAR EL KIT

Selecciona las herramientas que respondan mejor a la necesidad, la edad y el momento. Pueden emplearse de forma individual o combinarse con las orientaciones de los distintos capítulos de la guía.

13 · CASOS PARA DOCENTES

Analizar antes de intervenir: emoción, respuesta, límites y ruta.

CASO 1 · MIEDO A VOLVER A CLASES

Situación

"No quiero entrar a clase. Me da miedo que vuelva a temblar y que nos pase algo".

¿Qué podría estar sintiendo?

¿Qué podría hacer el docente?

¿Qué debería evitar?

¿Necesita apoyo o activación de ruta?

CASO 2 · LLANTO ANTE UN RUIDO FUERTE

Situación

Una estudiante escucha un ruido fuerte, se asusta y comienza a llorar. Dice que pensó que otra vez estaba temblando.

¿Qué podría estar sintiendo?

¿Qué podría hacer el docente?

¿Qué debería evitar?

¿Necesita apoyo o activación de ruta?

CASO 3 · IRRITABILIDAD

Situación

Un estudiante está más irritable, responde mal y no logra concentrarse en las actividades desde lo ocurrido.

¿Qué podría estar sintiendo?

¿Qué podría hacer el docente?

¿Qué debería evitar?

¿Necesita apoyo o activación de ruta?

13 · CASOS PARA DOCENTES

Analizar antes de intervenir: emoción, respuesta, límites y ruta.

CASO 4 · PREGUNTAS CONSTANTES

Situación

Una estudiante pregunta repetidamente: “¿Y si vuelve a pasar?” y busca confirmación del docente.

¿Qué podría estar sintiendo?

¿Qué podría hacer el docente?

¿Qué debería evitar?

¿Necesita apoyo o activación de ruta?

CASO 5 · HACER BROMAS

Situación

Un estudiante se ríe y hace chistes cuando se menciona el sismo. Algunos compañeros se molestan.

¿Qué podría estar sintiendo?

¿Qué podría hacer el docente?

¿Qué debería evitar?

¿Necesita apoyo o activación de ruta?

CASO 6 · AISLAMIENTO

Situación

Una estudiante que normalmente comparte ahora permanece sola y responde “no pasa nada” cuando le preguntan cómo está.

¿Qué podría estar sintiendo?

¿Qué podría hacer el docente?

¿Qué debería evitar?

¿Necesita apoyo o activación de ruta?

14 · PLAN DE ACCIÓN

Llevar las orientaciones de la guía y sus herramientas a la práctica cotidiana.

ALGO QUE APRENDÍ SOBRE MÍ

ALGO QUE PUEDO HACER POR MIS ESTUDIANTES

ALGO QUE NECESITO PEDIR O CONSTRUIR CON MI EQUIPO

UNA RUTA QUE NECESITAMOS ACLARAR

COMO EQUIPO NOS COMPROMETEMOS A...

ANTES DE IMPLEMENTAR

Revisa con tu equipo los protocolos de evacuación, los puntos de encuentro, las personas responsables y las rutas institucionales. En una emergencia prevalecen las instrucciones oficiales y el plan institucional de gestión del riesgo.

Mantén actualizados los contactos y las referencias de apoyo en salud mental y protección para saber a quién acudir cuando sea necesario.