

Existen niños en su preescolar que han sufrido trauma.

Considere a Ricky. Ricky es un niño de tres años que llora incansablemente cuando su madre lo deja en la escuela por las mañanas. Las maestras pensaron que dejaría de llorar una vez que se acostumbrara a la clase; sin embargo, continúa llorando todos los días y no interactúa con las maestras o juega con sus compañeros. Ricky también tiene retrasos en el habla, se enoja cuando otros estudiantes hablan alto o cuando su rutina cotidiana se interrumpe. Un día la maestra le pide a Ricky de comentar sobre su dibujo, y él dice, “papá lastimo a mamá”. Más adelante se observó que la mamá de Ricky tenía moretones en el ojo y en otras partes del cuerpo.

Otro ejemplo es Alexa. Alexa es una niña que ya ha sido expulsada de dos preescolares, y está a punto de ser expulsada de su escuela actual. Insulta a sus maestras, patatea, pega y rasguña a los otros estudiantes, y se golpea la cabeza sobre la mesa cuando está frustrada. El comportamiento de Alexa es más severo cuando pasa de una actividad a otra. Cuando la maestra se reúne con el padre de Alexa, él le dice que la mamá de Alexa usa drogas, que Alexa ha visto a la policía arrestar a la mamá, y que la madre frecuentemente no regresa a casa por las noches.

¿Qué tienen en común estos dos niños? Los dos han sido expuestos al trauma, el cual se define como *una experiencia que amenaza la vida o puede ocasionar daños físicos, y dicha experiencia es tan poderosa que abruma la capacidad del niño/a preescolar de regular sus emociones.* Generalmente, los eventos traumáticos evocan sentimientos de temor y desamparo. La reacción a eventos traumáticos se determina subjetivamente según la experiencia del niño/a, el cual puede ser impactado por factores de desarrollo y culturales. Lo que es extremadamente traumático para un niño/a puede ser menos traumático para otro.

Algunos eventos traumáticos suceden una vez en la vida, mientras otros son recurrentes. Muchos niños han vivido múltiples eventos traumáticos, y para demasiado de ellos, el trauma es una parte crónica de sus vidas. (Para ejemplos, ver el cuadro a la derecha de esta página.)

Algunos niños demuestran señales de estrés en las primeras semanas después del evento traumático, pero regresan a su estado usual de salud física y emocional. Aún los niños que no demuestran síntomas serios pueden sentir un cierto grado de malestar emocional, el cual puede continuar o empeorar con el tiempo. Niños que han vivido un evento traumático pueden tener problemas que afecten su funcionamiento cotidiano.

Los niños que han sufrido eventos traumáticos pueden tener problemas de conducta o incluso no demostrar problema alguno.

Es importante ponerles atención a los niños que tienen un comportamiento negativo al igual que aquellos que no aparentan tener problema alguno. Estos últimos, a menudo, pasan desapercibidos y no reciben ayuda. En los casos donde se sospecha la posibilidad de abuso, como los casos anteriormente expuestos, usted puede estar legalmente obligado/a a reportar esta información a servicios sociales o a la policía.

También sea consciente de la posibilidad de un diagnóstico equivocado, debido a presentaciones múltiples de la ansiedad relacionadas al trauma. Por ejemplo, el comportamiento de los niños traumatizados es casi idéntico al de los niños con atraso en el desarrollo, trastorno de deficiencia de atención (ADHD) y otras condiciones de la salud mental. Si no se reconoce que el niño/a está sufriendo de estrés traumático infantil, se pudiera desarrollar erróneamente un protocolo de tratamiento que no responda a las necesidades específicas con respecto al trauma infantil.

Situaciones que pueden ser Traumáticas:

- Abuso físico o sexual
- Abandono
- Negligencia
- La muerte o pérdida de un ser querido
- Enfermedad que amenace la vida del cuidador
- Presenciar la violencia doméstica
- Accidentes de auto u otro tipo de accidente serio
- Acoso escolar
- Situación precaria de salud y/o un procedimiento médico doloroso
- Presenciar violencia comunitaria (e.g. tiroteos, apuñalamientos, asaltos, peleas en casa, en la vecindad o en la escuela)
- Presenciar actividad de la policía o tener a un pariente encarcelado.
- Desastres naturales que amenacen la vida
- El terrorismo o la amenaza del terrorismo (visto en persona o en la televisión).
- Vivir en situaciones caóticas donde la vivienda y los recursos financieros no están disponibles de manera constante

Cambios que se pudieran observar en niños preescolares:

Acuérdese que los niños pequeños no siempre pueden comunicar lo que les ha ocurrido o sus emociones. La conducta es un mejor indicador y los cambios súbitos de comportamiento pueden ser una señal de haber sido expuestos a trauma.

- Ansiedad de separarse o apego excesivo a las maestras o cuidadores primarios
- Regresión a etapas de desarrollo ya dominadas (e.g. habla como bebé o se orina en la cama/accidentes de baño)
- Falta de progreso en el desarrollo (e.g. no está progresando al mismo nivel que los compañeros de su edad)
- Recrea el evento traumático (e.g. habla, recrea, o dibuja el evento repetidamente)
- Dificultad para dormir, al tomar una siesta o a la hora de dormir (e.g. evita el sueño, se despierta, o tiene pesadillas)
- Aumento de las quejas somáticas (e.g. dolor de cabeza, dolor de estomago, reacción exagerada a golpes o moretones de poca gravedad)
- Cambios de comportamiento (e.g. apetito, ausencias inexplicables, enojos, no pone atención, retraimiento)
- Reacción exagerada o no existente al contacto físico, luz brillante, movimientos bruscos, o ruidos altos (e.g. campanas, portazos, o sirenas)
- Alto nivel de malestar (inusualmente quejoso, irritable, de mal humor)
- Angustia, temor, o preocupación en cuanto a la seguridad propia o la de otros
- Preocupación que el evento traumático se repita
- Temores nuevos (e.g. miedo a la oscuridad, animales, o monstruos)
- Habla y hace preguntas sobre la muerte y morirse.



Algunos niños, con el apoyo adecuado, se recuperan del miedo y angustia relacionados con el evento traumático en pocas semanas o meses. No obstante, algunos niños necesitan apoyo durante un periodo de tiempo más largo para poder recuperarse. Estos niños pudieran necesitar apoyo continuo de la familia, las maestras, o profesionales de la salud mental. El aniversario del evento o reportajes del mismo pueden ser recordatorios para el niño/a, causando una repetición de síntomas, emociones y comportamiento.

La terapia que ha demostrado ser efectiva para niños en el manejo del estrés traumático usualmente contiene los siguientes elementos:

- Ayuda para que los niños y sus cuidadores puedan reestablecer un ambiente seguro y un sentido de seguridad en el hogar
- Ayuda para que los niños y sus padres regresen a una rutina normal
- Una oportunidad de hablar sobre los eventos traumáticos en un entorno seguro
- Explicar el trauma y contestar preguntas en una manera sencilla, y apropiada a la edad del niño/a
- Enseñar técnicas para manejar reacciones emocionales abrumadoras
- Ayuda para que el niño/a verbalice sus sentimientos en vez de actuar de manera inapropiada
- Involucrar a cuidadores primarios en el proceso de sanar
- Proporcionar información sobre servicios para atender las necesidades de los cuidadores – el nivel de malestar de niños pequeños a menudo refleja el nivel de malestar del cuidador

Este proyecto fue financiado por Los Servicios Administrativos de la Salud Mental y Abuso de Drogas (SAMHSA), Departamento de Salud y Servicios Humanos de EEUU (HHS). Las opiniones y políticas expresadas en este documento son las de los autores y no reflejan necesariamente las de SAMHSA y HHS.