



Trastornos de ansiedad en el niño o niña preescolar

Martín Maldonado MD



La ansiedad en el preescolar

- Una categoría “dimensional”
- Todos los niños sienten ansiedad
- Miedo y ansiedad
- Miedo y ansiedad en el contexto del desarrollo del niño: etapa preescolar
- ¿Cuándo se trata de un trastorno?

Ansiedad en el preescolar

- Ansiedad normal
- Ansiedad como un problema de adaptación o ajuste
- Trastorno de ansiedad

Problemas de ansiedad

- ☞ Timidez excesiva
- ☞ Fobia Social
- ☞ Fobia simple
- ☞ Ansiedad de separación
- ☞ Trastorno por estrés posttraumático
- ☞ Ansiedad generalizada
- ☞ Trastorno obsesivo compulsivo

Ansiedad normal

- Niño o niña inteligente
- Naturaleza de la imaginación del niño de edad preescolar
- Pensamiento mágico
- Pensamiento “egocéntrico”
- Relación causa-efecto entre el niño y el mundo

Ansiedad normal

- El niño preescolar tiene una concepción diferente del tiempo
- Concepción diferente del espacio
- Experiencia de separaciones, eventos negativos
- Importancia del contexto social y las relaciones , p.ej. apego

Dificultad de adaptación

- El preescolar y los factores de estrés
- Eventos que requieren un cambio o reajuste para el niño o niña
- Con frecuencia pasa desapercibida la relación causa-efecto
- Ver la situación desde el punto de vista del niño(a)

Ansiedad y adaptación

- Cambio de casa
- Nacimiento de un hermanito(a)
- Alguna enfermedad o cambio importante de rutina
- Cambio de escuela
- Separación o divorcio entre los padres

Ansiedad y estrés

- La sala preescolar o la guardería
- Importancia de las relaciones con compañeros y con maestros
- Relación con los padres
- Relación con los hermanos
- Cambios en el niño, caída de dientes, etc

Adaptación al estrés

- Conductas “regresivas” temporalmente
- Hablar como un niño más pequeño
- Pedir biberón, usar pañal, etc.
- Pedir chupón, chuparse el dedo
- Pedir dormir con los padres
- Querer ser bebé o jugar a ser bebé
- No querer ir a la escuela

Adaptación al estrés

- Tener miedo a algo que ya se había superado
- Querer más proximidad con uno de los padres o seguirlo como sombra
- Tiende a desaparecer en algunos días o semanas
- Aparece claramente en respuesta al estresor

Adaptación al estrés

- ☞ Parece enojarse fácilmente
- ☞ Hace más berrinches
- ☞ Lloriquea más fácilmente
- ☞ Se queja de muchas cosas
- ☞ Está más sensible o lábil emocionalmente

Intervención para el problema de adaptación

- Entender la conexión entre el estresor y la conducta
- Empatizar con el niño o niña
- Ver la situación desde su punto de vista
- “permitir” la regresión o la conducta nueva
- Contener al niño, permitirle jugar a esas situaciones

Intervención problema de adaptación

- Paciencia con el niño
- Permitirle que experimente con las conductas regresivas
- Darle oportunidad de "replegarse" en vez de empujarlo a que se comporte como niño(a) grande
- Permitirle buscar seguridad de nuevo

Intervención problema de adaptación

- “razonar” con el niño o niña, explicar lo que sucede
- Usar nivel cognoscitivo del niño sin entrar en demasiados detalles
- Contener al niño y tranquilizarlo
- Proveer experiencias positivas o compensatorias

Trastornos de ansiedad

- ☛ Timidez excesiva
- ☛ Fobia social
- ☛ Fobia simple
- ☛ Ansiedad de separación
- ☛ Trastorno por estrés posttraumático
- ☛ Trastorno obsesivo compulsivo