

Para los padres, la clave para manejar los trastornos mentales de los niños es reconocer el problema y buscar un tratamiento adecuado. Estos trastornos tienen un criterio de diagnóstico y tratamientos específicos, y una evaluación completa llevada a cabo por un profesional de salud mental puede determinar si el niño necesita ayuda. Algunos de los trastornos mentales que comúnmente se detectan en niños son depresión, trastorno por déficit de atención e hiperactividad y trastornos de la conducta.

## Depresión

Uno de cada diez niños entre seis y doce años experimenta sentimientos constantes de tristeza, el sello de la depresión. Ya que los niños pueden no ser capaces de expresar o entender muchos de estos síntomas centrales que pueden indicar depresión en adultos, los padres deben estar atentos a algunos comportamientos claves, además de modificaciones en los patrones alimentarios o del sueño, que pueden señalar depresión en niños:

- **importante disminución en el desempeño académico,**
- **pérdida del interés o placer por las actividades que antes disfrutaba,**
- **arrebatos de gritos, quejas, irritabilidad inexplicable o llanto,**
- **pensamientos acerca de la muerte o suicidas,**
- **expresiones de miedo o ansiedad,**
- **agresión, negación a colaborar, comportamiento antisocial,**
- **consumo de alcohol u otras drogas,**
- **Múltiples quejas físicas acerca de dolor de brazos, piernas o estómago sin causas aparentes.**

El tratamiento es esencial para los niños que luchan contra la depresión así pueden ser libres para desarrollar las habilidades académicas y sociales necesarias. El tratamiento incluye psicoterapia sola o combinada con medicación. Durante la psicoterapia, los niños aprenden a expresar sus sentimientos y a desarrollar técnicas para sobrellevar su enfermedad. Algunos niños responden a los antidepresivos, aunque el uso de estos medicamentos debe ser controlado de cerca. La medicación psiquiátrica no debe ser la única forma de tratamiento pero debe ser una parte de un programa integral.

## Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH)

Las características principales del TDAH incluyen hiperactividad, impulsividad e incapacidad para mantener la atención o concentración. Estos síntomas aparecen a niveles que causan sufrimiento y problemas importantes y son mucho más severos que los que típicamente se encuentran en niños de edades y niveles de desarrollo similares. Este trastorno se desarrolla antes de los siete años pero por lo general se diagnostica entre los ocho y diez años, y es más común en niños que en niñas.

Los niños con TDAH:

- **tienen dificultades para terminar cualquier actividad que requiera concentración,**
- **parece que no escuchan nada de lo que se les dice,**

- **son excesivamente activos, tienen múltiples comportamientos inadecuados; corren en lugares inapropiados, a horas inadecuadas, se esconden o saltan de sus asientos,**
- **se distraen con facilidad,**
- **hablan de forma incesante, a menudo comienzan a responder antes de que se terminen las preguntas,**
- **tienen serias dificultades para esperar su turno en juegos o grupos,**
- **pueden tener dificultades específicas en el aprendizaje.**

El tratamiento puede incluir la utilización de medicamentos, psicoterapia y programas educativos especiales para ayudar a los niños a mantener su nivel académico. Entre el 70% y el 80% de los niños con TDAH responden a los medicamentos, lo que les brinda la posibilidad de mejorar su período de atención, realizar mejor las tareas y controlar el comportamiento impulsivo. La psicoterapia les permite a los niños sobrellevar sus síntomas y las reacciones de otros hacia los mismos. Un componente esencial de la psicoterapia incluye el trabajo del psiquiatra del niño junto con el niño, los padres y los profesores para desarrollar técnicas para controlar el comportamiento problema. Al igual que estrategias que se pueden implementar para mejorar el comportamiento en el colegio y en la casa.

## Trastornos de la conducta

Los niños con trastornos de la conducta ponen de manifiesto comportamientos que muestran desprecio permanente por las normas y reglas de la sociedad. El trastorno de la conducta es uno de los trastornos mentales más frecuentes en adolescentes.

Dado que los síntomas están muy relacionados con comportamientos violentos o socialmente inaceptables, muchas personas confunden esta enfermedad ya sea con la delincuencia juvenil o con la agitación de la adolescencia. Sin embargo, los jóvenes con trastornos de la conducta suelen tener otros problemas que pueden haber sido ignorados o no descubiertos, tales como trastorno por déficit de la atención, depresión, epilepsia o antecedentes de lesiones en el cerebro o en el rostro. Los niños que han demostrado al menos tres de los siguientes comportamientos por más de seis meses deben ser evaluados por posible trastorno de conducta:

- **robar,**
- **mentir constantemente,**
- **Provocar incendios deliberadamente,**
- **faltar a la escuela,**
- **robar casas, oficinas o autos,**
- **destruir deliberadamente propiedades personales de otras personas,**
- **manifestar crueldad hacia animales o humanos,**
- **forzar a otros a mantener relaciones sexuales sin su consentimiento,**
- **comenzar peleas frecuentemente,**
- **utilizar armas en las peleas.**

# Hablemos sobre Enfermedades infantiles frecuentes



Es esencial que se proporcione un tratamiento adecuado para los trastornos de la conducta. Su objetivo es ayudar a los jóvenes a darse cuenta y entender el efecto que tiene su comportamiento en su familia, su comunidad y ellos mismos. El tratamiento incluye terapia de la conducta y psicoterapia, ya sea en sesiones individuales o grupales. Para los jóvenes que sufren de depresión o TDAH además de trastorno de la conducta, tanto la utilización de medicamentos como la psicoterapia pueden aliviar los síntomas del trastorno de la conducta. El psiquiatra infantil ayuda a las familias con pacientes con trastornos de conducta a entender y proporcionar el tratamiento necesario para este y otros problemas emocionales y de conducta; que a la larga mejoraran las probabilidades futuras del paciente.

## Recursos

Para obtener más información, por favor contáctese con:

### **American Psychiatric Association (APA)**

1000 Wilson Blvd.  
Suite 1825  
Arlington, VA 22209  
703-907-7300  
[www.healthyminds.org](http://www.healthyminds.org)

### **American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP)**

3615 Wisconsin Ave., N.W.,  
Washington, DC 20016-3007  
202-966-7300  
[www.aacap.org](http://www.aacap.org)

### **National Mental Health Association (NMHA)**

2001 N. Beauregard Street,  
Piso 12  
Alexandria, VA 22311  
800-969-NMHA (6642)  
[www.nmha.org](http://www.nmha.org)

# Hablemos sobre Enfermedades infantiles frecuentes



## **National Alliance for the Mentally Ill (NAMI)**

Colonial Place Three  
2107 Wilson Blvd.,  
Suite 300  
Arlington, VA 22201-3042  
703-524-7600  
Línea de ayuda e información:  
800-950-NAMI (6264)  
[www.nami.org](http://www.nami.org)

## **Children and Adults with Attention-Deficit/ Hyperactivity Disorder (CHADD)**

National Resource Center on AD/HD  
8181 Professional Place,  
Suite 150,  
Landover, MD 20785  
800-233-4050  
[www.chadd.org](http://www.chadd.org)

Parte de una serie de folletos diseñados para reducir los estigmas asociados con las enfermedades mentales al promover debates informados acerca de los trastornos y sus tratamientos psiquiátricos. Este folleto fue creado con propósitos educativos y no necesariamente refleja la opinión o política de la American Psychiatric Association. Para mayor información, por favor visite [www.healthyminds.org](http://www.healthyminds.org).