

Cuidado de la salud mental en la infancia temprana

¿Es necesario cuidar de la salud mental de los niños pequeños?

Sí. De acuerdo a Glenace Edwall, Director de la División de Salud Mental de los Niños en el Departamento de Servicios Humanos de Minnesota, el cuidado de salud mental en la infancia temprana es para “niños que nunca tendrán un diagnóstico de salud mental, aquellos que pueden desarrollar un problema en algún momento, y aquellos que tienen problemas evidentes tempranamente.”

Ella también dice que éste cuidado “acoge a la familia como la gente más importante en el desarrollo de la salud mental del niño, pero también reconoce la importancia de la calidad de las relaciones que los niños comienzan a establecer fuera de la familia durante los primeros años.”

La necesidad de intervención temprana

Dado que los problemas emocionales tienden a impactar la habilidad de los niños pequeños de controlar su comportamiento, los problemas de salud mental pueden afectar negativamente las relaciones y el desarrollo social del niño. Los niños que son emocionalmente bien ajustados tienen mejores oportunidades de tener éxito en la escuela desde los primeros años, mientras que los niños que experimentan dificultades emocionales serias enfrentan riesgos de dificultades en la escuela tempranamente. También parece haber una ventaja natural a intervenciones que pasan durante la infancia temprana cuando el cerebro del niño aun se está desarrollando. Desafortunadamente, muchos niños pequeños no reciben el apoyo o intervenciones que necesitan.

Estigma

Una de las razones más prevenibles por las cuales un niño no recibe atención de salud mental es el estigma sobre las enfermedades mentales. Cuántas veces hemos visto imágenes en la televisión o en películas (inclusive caricaturas) mostrando a la gente con enfermedades mentales como violenta, corriendo en camisas de fuerza o encerrados en celdas acolchonadas. Estas imágenes causan estigma, y es éste tipo de estigma que hace que los padres no busquen la ayuda apropiada cuando tienen preocupaciones sobre la salud mental de su niño.

Por qué el estigma es un problema

La mayoría de las familias esperan que sus niños tengan una infancia libre de preocupaciones—llena de las alegrías y las tristezas que son típicas para los niños. Cuando se dan cuenta que este no es el caso de su niño, algunos padres tienen sentimientos confusos sobre si buscar o no ayuda. Debido al estigma asociado con los problemas de salud mental, algunos padres tienen el temor de que su niño reciba una “etiqueta”. Familiares y amigos pueden también decirles que el niño sólo necesita hacer un mayor esfuerzo para controlar su comportamiento; otros piensan que ellos son culpables de que su niño tenga un trastorno de salud mental.

Los padres pueden combatir éste estigma aprendiendo más sobre trastornos de la salud mental. Saber cómo conseguir ayuda cuando se sospecha y qué estrategias funcionan con los niños con un trastorno de salud mental, asegurará que el niño recibirá atención apropiada y a tiempo.

¿Problemas de salud mental en los niños pequeños?

Un estudio en el 2002 mostró que el 16 por ciento de infantes y párvulos de las familias que fueron encuestadas tenían problemas sociales, emocionales o de comportamiento. La mayoría de los problemas fueron tratados por servicios de programas regulares, pero 7 por ciento necesitaron servicios adicionales y/o atención urgente.

Mitos y Realidades

Mito: Los trastornos de salud mental no afectan a los niños

Realidad: Uno de cada cinco niños tiene un problema de salud mental. Así como algunos niños tienen padecimientos físicos como Asma, algunos niños tienen trastornos de salud mental como AD/HD (Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad) o depresión.

Mito: La salud mental se refiere a gente que está “loca”

Realidad: La salud mental se refiere a cómo una persona maneja su vida—cómo manejan el estrés, se relacionan con los demás y toman decisiones. Así como una buena salud física, una buena salud mental es importante en cada etapa de la vida—inclusive la infancia.

