

# INFORMACIÓN *para la* FAMILIA

No. 50

(Revisado 4/98)

## DESORDEN DE PANICO EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

El pánico es un desorden común y tratable. Los niños y adolescentes con el desorden de pánico sufren períodos inesperados y repetidos de intenso terror, o incomodidad, acompañados de otros síntomas tales como palpitaciones rápidas y falta de aliento. Estos períodos se llaman “ataques de pánico” y duran desde algunos minutos hasta horas. Los ataques de pánico se presentan sin dar aviso. Los síntomas de un ataque de pánico incluyen:

- C terror intenso (un presentimiento de que algo terrible está por ocurrir),
- C palpitaciones rápidas del corazón, taquicardia,
- C mareos o vértigos,
- C falta de aliento o el sentirse sofocado,
- C temblores o sacudidas,
- C una sensación de irrealidad, y
- C miedo de morir, de perder el control o de volverse loco.

Más de tres millones de americanos experimentarán el desorden de pánico durante sus vidas. El desorden de pánico comienza frecuentemente durante la adolescencia, aunque puede comenzar durante la niñez, y a veces es común en las familias.

Si no se diagnostica y se trata, el desorden de pánico y sus complicaciones pueden ser devastadores. Los ataques de pánico pueden interferir con las relaciones sociales, el trabajo escolar y el desarrollo normal del niño o del adolescente. Los niños y adolescentes que padecen del desorden de pánico pueden comenzar a sentirse ansiosos la mayor parte del tiempo, aún cuando no están teniendo un ataque de pánico. Algunos comienzan a evitar situaciones que ellos temen le puedan producir un ataque de pánico, o situaciones donde puede que no haya ayuda disponible. Por ejemplo, un niño puede negarse a ir a la escuela o a separarse de sus padres. En los casos más severos, el niño o el adolescente puede temer el salir de la casa. Este patrón de evitar ciertos lugares o situaciones, se llama “agorafobia”. Algunos niños y adolescentes con desorden de pánico pueden desarrollar una depresión mayor y pueden correr el riesgo de un comportamiento suicida. Tratando de reducir la ansiedad, algunos adolescentes con desorden de pánico usarán el alcohol o las drogas. El desorden de pánico en los niños es muy difícil de diagnosticar. Ello puede ocasionar muchas visitas a médicos y muchas pruebas médicas que son caras y potencialmente dolorosas. Una vez ha sido propiamente evaluado y diagnosticado, el desorden de pánico usualmente responde bien al tratamiento. Los niños y adolescentes que presentan síntomas de ataques de pánico deben de ser evaluados primero por su médico de familia o pediatra. Si no se encuentra una enfermedad o condición física que cause los síntomas, se debe llevar al niño a un psiquiatra de niños y adolescentes para que le haga una evaluación extensa o comprensiva.

Hay varios tipos de tratamiento que son eficaces. Hay medicamentos específicos que pueden parar los ataques de pánico. La psicoterapia puede también ayudar al niño y a la familia a aprender formas de reducir el estrés o los conflictos que pueden causar un ataque de pánico. Con técnicas que se enseñan en la “psicoterapia cognoscitiva”, el niño puede también

## Desorden de pánico en niños y adolescentes, “Información para la familia”, No. 50 (4/98)

aprender nuevas formas de controlar la ansiedad o los ataques de pánico cuando estos ocurren. Muchos niños y adolescentes con desorden de pánico responden bien a la combinación de medicamentos y psicoterapia. Con tratamiento, se puede poner término a los ataques de pánico. El tratamiento oportuno puede prevenir complicaciones del desorden de pánico, tales como la agorafobia, la depresión y el abuso de sustancias.

Para más información sobre el desorden de pánico, puede ponerse en contacto con el Instituto Nacional de Salud Mental, Campaña contra el Pánico (National Institute of Mental Health Panic Campaign), Room 15C-05, 5600 Fishers Lane, Rockville, MD 20857 o llamar al 1-800-64-PANIC.

Con sus oficinas centrales radicadas en Washington, D.C., la Academia Americana de Psiquiatría de Niños y Adolescentes cuenta con una membresía de sobre 5,800 psiquiatras de niños y adolescentes, médicos con entrenamiento (residencia) de cinco años adicionales en psiquiatría de niños y adolescentes, después de obtener su grado de doctor en medicina. Los miembros de la Academia llevan a cabo investigación, diagnóstico y tratamiento de los desórdenes psiquiátricos que afectan a niños, adolescentes y a sus familias. Para conseguir un referido a un psiquiatra de niños y adolescentes, por favor llame a AACAP al Tel. (202) 966-7300.

Otras hojas de información de la **Serie Problemas** son:

- #02 – Los adolescentes con desórdenes de la alimentación
- #03 – Los adolescentes: el alcohol y otras drogas
- #04 – El niño deprimido
- #06 – Los niños que no pueden prestar atención
- #07 – Los niños que se niegan a ir a la escuela
- #10 – El suicidio en los adolescentes
- #11 – El niño autista
- #12 – Los niños que roban
- #16 – Problemas del aprendizaje
- #18 – El niño que se orina en la cama
- #19 – El niño con una enfermedad crónica
- #23 – Los niños que son mentalmente retrasados
- #29 – Desórdenes psiquiátricos graves en los niños
- #33 – Desórdenes del comportamiento
- #34 – Niños con problemas al dormir
- #35 – Los tics nerviosos
- #38 – La enfermedad maníaco-depresiva en los adolescentes
- #40 – La influencia de la música y de los videos de “rock”
- #47 – El niño ansioso
- #48 – Problemas con el ensuciarse encima y el control de los movimientos intestinales
- #49 – La esquizofrenia en los niños

###

El desarrollo de la serie Información para la Familia es un servicio público de AACAP (“American Academy of Child and Adolescent Psychiatry”). Solicitamos su ayuda para poder aumentar la distribución de la serie; por favor, haga un donativo (deducible de impuestos) a “AACAP *Campaign for America's Kids*”. Con su ayuda, usted respaldará el esfuerzo de abogar de manera compresiva y constante por los niños y adolescentes que padecen enfermedades mentales.

Por favor, haga su cheque pagadero a AACAP y envíelo a: AACAP *Campaign for America's Kids*, PO Box 96106, Washington, D.C. 20090

La “American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP)” representa a más de 6,000 siquiatras de niños y adolescentes quienes son doctores egresados de una escuela de medicina, con por lo menos cinco años adicionales de entrenamiento en siquiatría general (adultos) y siquiatría de niños y adolescentes,

La Información para la Familia ha sido desarrollada y distribuída por la “American Academy of Child and Adolescent Psychiatry”. No se requiere permiso escrito para reproducir las hojas de uso personal o educativo, pero no se pueden incluir en material que se presente a la venta. Para comprar la serie de “FFF’s”, puede llamar al “AACAP Office Assistant” al: 1.800.333.7636, ext. 131