

Entre los niños de EE. UU., no se están detectando los trastornos del estado de ánimo

Expertos advierten que sin tratamiento, la ansiedad y la depresión pueden perseguir a los niños hasta la adultez



MARTES, 13 de julio (HealthDay News) - **Los niños estadounidenses que sufren de ansiedad o depresión tal vez no estén recibiendo la ayuda que necesitan.**

Los expertos de salud mental afirman que los motivos son complicados, pero que tienen solución.

Más de uno de cada diez niños de entre 9 y 17 años de edad (las niñas con mayor frecuencia que los niños) experimentan algún tipo de trastorno del estado de ánimo, según el Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. Y alrededor de la mitad no recibe terapia ni tratamiento, reportó un estudio llevado a cabo por investigadores del Instituto Nacional de Salud Mental de EE. UU. en la revista Pediatrics.

Los niños que tienen ansiedad y depresión son los que más carecen de tratamiento, encontró el estudio.

Los médicos afirman que se trata de un problema grave de salud pública. **Si no se tratan, la ansiedad y depresión infantiles pueden convertirse en problemas mentales aún más graves más adelante en la vida**, advirtió el Dr. Jon Shaw, profesor y director de psiquiatría infantil y adolescente de la Facultad de medicina Miller de la Universidad de Miami.

"Sabemos que el 25 por ciento de los niños que tienen trastorno depresivo mayor se convierten en bipolares en la adultez", apuntó Shaw. Dijo que es probable que casi tres cuartas partes tengan una recurrencia de la depresión en la adultez.

Sin embargo, con frecuencia estas afecciones no son reconocidas, y por lo tanto tampoco tratadas, en los niños, debido en parte a la actitud algo descuidada que los adultos han mostrado en el pasado respecto a los niños con problemas.

"Siempre hemos tenido la idea de que se les pasará, se piensa que están reaccionando a algo y que será un problema a corto plazo", comentó el Dr. Scott Benson, psiquiatra infantil y adolescente de Pensacola, Florida.

Además, con frecuencia los niños no expresan lo que sienten tan bien como los adultos. "No tienen un buen vocabulario de 'sentimientos', explicó Benson.

"El mayor problema tiene que ver con el concepto de autoconciencia", planteó. "Los niños no tienen un yo consolidado contra el cual medir sus sentimientos, así que no saben cómo deben sentirse. Detectar que sucede algo conlleva que un adulto astuto los observe desde fuera".

Además, la ansiedad y la depresión infantiles con frecuencia no se notan porque los niños con problemas tienden a internalizar sus síntomas, advirtió Shaw.

Los niños que sufren de trastornos del estado de ánimo se mantienen aislados, tienden a estarse quietos y raras veces molestan, dijo.

"Con frecuencia les va bien en la escuela, así que los profesores tienden a pasarlos por alto", dijo Shaw.

Benson y Shaw plantearon que el remedio de esta situación comienza con los padres.

Los padres deben tener en cuenta que los antecedentes familiares tienen mucho que ver con los trastornos del estado de ánimo, explicó Shaw. Un niño con un padre que haya tenido un trastorno depresivo mayor tiene 25 por ciento de probabilidades de sufrir de un trastorno del estado de ánimo, comentó. Si ambos padres han tenido depresión o ansiedad, las probabilidades del niño suben hasta 50 por ciento.

Benson dijo que esto significa que **los niños de familias con antecedentes de trastornos del estado de ánimo deben ser vigilados de cerca por señales de depresión o ansiedad.**

"Si sé que mi hijo tal vez haya heredado esta afección, puedo vigilarlo y detectar los síntomas antes", aseguró. **"Si los padres vigilan y lo detectan temprano, nuestros tratamientos serán más eficaces".**

Benson también recomendó entrenar a los profesores de guarderías y preescolares a detectar mejor los síntomas de los trastornos del estado de ánimo.

Por lo general, los profesores de primaria, intermedia y secundaria reciben este tipo de entrenamiento en los cursos de educación de la universidad, pero con frecuencia los de las guarderías no han tomado dichas clases, apuntó.

"Tengo niños que han sido expulsados de tres guarderías porque su conducta es tan terrible, y los profesores prefieren decir que es un niño malo en lugar de que es una enfermedad que requiere tratamiento", comentó Benson.

LAS SEÑALES DE DEPRESIÓN EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

varían según la edad, pero según la Academia Estadounidense de Médicos de Familia, en general incluyen:

- *Pérdida de interés en actividades que antes disfrutaban.*
- *Pérdida de confianza en sí mismos.*
- *Cambios en el peso. Los niños más pequeños pueden presentar falta de apetito y perder peso, y los mayores pueden comer más y aumentar.*
- *Diferencias en los hábitos de sueño, o sea, dormir más o menos de lo habitual.*
- *Arranques inusuales de ira.*
- *Dolores de cabeza o estómago.*

Según el Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU.,

LAS SEÑALES DE ANSIEDAD GENERAL EN LOS NIÑOS incluyen:

- *Preocupaciones poco realistas sobre las actividades cotidianas, incluso la escuela, los deportes y los planes de ocio.*
- *Una mayor timidez.*
- *Necesidad extrema de complacer a los demás.*
- *Baja autoestima y la necesidad de consuelo frecuente.*
- *Dudas y ser muy críticos consigo mismos.*
- *Dolores de estómago y otros dolores que parecen no tener causas físicas.*

Artículo por HealthDay, traducido por Hispanicare

FUENTES: Jon Shaw, M.D., professor and director, child and adolescent psychiatry, University of Miami Miller School of Medicine, Miami; Scott Benson, M.D., child and adolescent psychiatrist, Pensacola, Fla.

Traducido del inglés: 15 de julio, 2010