

Hojas de consejos

Trauma: Cómo responden los niños

Trauma definido

La Red Nacional de Estrés Traumático Infantil describe el trauma como:

1. Experimentar una lesión grave a uno mismo o ser testigo de una lesión grave o la muerte de otra persona.
2. Experimentar una amenaza inminente de lesiones graves o muerte para uno mismo u otros.
3. Experimentar abuso, herida o daño a la integridad física personal.

Reacciones de desarrollo al trauma

Casi todos los niños experimentarán algún tipo de angustia o reacción después de una experiencia traumática. Esto es normal y de esperar, aunque los síntomas del trauma pueden no aparecer hasta semanas o meses después de la experiencia.

Los síntomas del trauma difieren en cada individuo. Los niños de diferentes edades tendrán diferentes reacciones de desarrollo específico. La forma en que se presenta el impacto del trauma se basa en la edad y en el desarrollo del niño.

Reacciones comunes al trauma

Las reacciones más comunes al trauma incluyen:

- Dependencia
- Ansiedad por separación
- Ansiedad relacionada con lo que "podría suceder"

- Dificultades para concentrarse
- Comportamiento desafiantes

Nacimiento a 2 años de edad

Además de las reacciones comunes al trauma, los niños pequeños desde el nacimiento hasta los 2 años expuestos al trauma pueden demostrar una cantidad de comportamientos desafiantes, tales como:

- Comportarse introvertido.
- Exigir atención utilizando comportamientos tanto positivos como negativos.
- Pobre habilidades verbales.
- Comportamientos agresivos.
- Problemas de memoria.
- Miedo de los adultos que les recuerdan el evento traumático.
- Pesadillas o dificultades para dormir.
- Falto de apetito, peso bajo y / o problemas digestivos.
- Gritando o llorando en exceso.
- Irritabilidad, tristeza y ansiedad.
- Fácilmente sorprendido.

3 a < 6 años de edad

Los niños de 3 a 6 años expuestos a traumas pueden exhibir las reacciones anteriores y comportamientos desafiantes como niños más pequeños, además de:

- Comportarse mal en situaciones sociales.
- Comportarse ansioso, temeroso y evasivo.
- Incapacidad para confiar en los demás y hacer amigos.
- Ser verbalmente abusivo.

- Mostrar un temperamento excesivo / frecuente que dura más de lo habitual e ira y reacciones intensas.
- Creer que la experiencia traumática es su "culpa."
- Desarrollar discapacidades de aprendizaje y / o tener dificultades para enfocarse en tareas / aprendizaje.
- Experimentar dolores de cabeza o dolores de estómago.
- Temer la separación del padre o cuidador.
- Desarrollar malos hábitos de sueño, como quedarse levantado hasta tarde o levantarse antes de lo habitual.
- Falta de confianza en sí mismo.
- La imitación o representación del evento traumático.
- Reacción exagerada al tacto, sonidos, olores, etc.
- Mostrar comportamientos regresivos:
 - No poder hacer cosas que solían hacer.
 - Mal desarrollo de habilidades.
 - Accidentes de baño y / o enuresis.
 - Chupar el dedo.
 - Lenguaje infantil.
 - Querer a ser llevado.

Conclusión

Estas reacciones pueden ser visto como el intento de un niño de regresar al mundo que conocía antes de la experiencia traumática. Experimentar un evento traumático no significa que el niño sufrirá daños irreparables o que definitivamente tendrá desafíos a lo largo de la vida por causa del evento. Con tiempo y apoyo, la mayoría de los niños volverán a su nivel de funcionamiento antes de la experiencia.

Recursos adicionales

Academia de Trauma Infantil

<http://childtrauma.org>

Para obtener más información, visite www.inclusivechildcare.org.

Copyright © 2025 Center for Inclusive Child Care

Estos materiales pueden ser reproducidos libremente con fines educativos. La información en esta hoja de consejos ha sido modificada de múltiples fuentes.

Fondos proporcionados por el Departamento de Niños, Jóvenes y Familias de Minnesota.