

**CENTRO PARA DISCAPACIDADES Y DESARROLLO**

(Center for Disabilities and Development)

**CenterLines**

¡FRENTE Y ENTRA CON NOTICIAS ÚTILES PARA LAS FAMILIAS!

**DEPRESIÓN** en los niños y adolescentes

por Mary Nixon, MS, ARNP  
Enfermera profesional con  
especialidad en psiquiatría infantil

Los niños pueden ponerse deprimidos tanto como los adultos. Todo el mundo, incluso la mayoría de los niños, está deprimido de vez en cuando. Esto es una parte normal de la vida y suele mejorarse solo. La depresión severa es más grave y el niño no puede simplemente "animarse". La depresión severa le puede dificultar mucho llevar a cabo las actividades diarias. Aun puede ser potencialmente fatal. La depresión es una enfermedad común. En un momento dado, alrededor de 5% de niños y adolescentes padecen de depresión. Se cree que hasta 25% de estadounidenses tiene depresión severa en algún momento de la vida. Los niños con depresión presentan muchos de los mismos síntomas que los adultos. En general, la depresión afecta el humor y el pensamiento; en los niños, afecta todos aspectos de la vida. Puede ser muy difícil prestar atención en la escuela o hacer tarea. También le dificulta hacer cosas en la casa. A menudo los niños se ven tristes y se sienten mal consigo mismos. Además pueden estar más

preocupados y ansiosos que lo normal. Aumento de irritabilidad y frustración también puede ser un síntoma de depresión. Los niños pueden llorar más que normal o no tener esperanzas sobre el futuro. A menudo pierden interés por las



cosas que antes se disfrutaba. Pueden quejarse de problemas como dolores de cabeza o dolores del estómago. Usted también puede notar una disminución en el nivel de energía del niño. El mundo en que vivimos se ha puesto cada vez más complejo y muchos jóvenes no están listos para aguantarlo. Sin duda, el estrés aumenta las probabilidades de padecer de depresión.

A medida que los síntomas empeoran, el niño puede empezar a sentirse sin valor alguno o desesperado. Los niños y adolescentes deprimidos pueden empezar a pensar en suicidarse o lastimarse. Debe tomarse muy en serio. El padre debe asegurar que el niño sea observado cuidadosamente y atendido por un profesional de salud mental capacitado o psiquiatra infantil cuanto antes.

*continúa en la próxima página*



University of Iowa Health Care

Generalmente se puede tratar la depresión con una combinación de medicina y terapia. Muchos de los medicamentos para tratar depresión toman alrededor de un mes hasta que funcione. Los niños recibiendo tratamiento para la depresión también necesitan ser observados cuidadosamente, especialmente si han mencionado algo acerca de suicidio. Puede ser necesario internar al niño en el hospital para proveer un lugar seguro hasta que se sientan mejor.

Desgraciadamente, algunos niños se suicidan de verdad. Según la Academia Americana de Psiquiatría Infantil, el suicidio es la tercera causa importante de muerte en jóvenes de 15 a 24 años y la sexta causa importante de muerte entre los que tienen 5 a 14 años. Los adolescentes deprimidos que están pensando en suicidarse pueden experimentar algunos de los siguientes síntomas. Puede haber modificaciones en los hábitos alimentarios o de sueño y/o retirarse de su familia y amigos o actividades habituales. Puede ser que el niño simplemente no se sienta muy bien. Pueden dejar de cuidarse y no preocuparse por su aspecto físico. Pueden empezar a tener dificultades para concentrarse y hacer tarea.

Si piensa que su hijo o un ser querido está deprimido, es lo mejor que alguien lo examine. El primer paso es hablar con su hijo acerca de lo que le preocupa.

Si usted todavía está preocupado, busque la ayuda de un profesional de salud mental titulada o psiquiatra infantil o psicólogo. Acuérdesse que la depresión en los niños y adolescentes es una enfermedad tratable.

# TRASTORNO BIPOLAR en la infancia

por Mary Nixon, MS, ARNP

Enfermera profesional con especialidad en psiquiatría infantil

Últimamente ha salido mucha información en las noticias y en las revistas acerca del trastorno bipolar en los niños. Los especialistas discuten mucho acerca del diagnóstico. El diagnóstico puede tener un impacto sobre el niño durante toda la vida. Muchos padres están preocupados que su hijo puede tener trastorno bipolar. Ellos dicen que su hijo está bien por momentos y fuera de control después, o que su hijo está fuera de control en casa pero se porta bien en la escuela. Es poco probable que estos niños tengan trastorno bipolar. Los niños con trastorno bipolar tienen síntomas constantes, crónicos y complejos y por eso resulta difícil llevar una vida normal. Padecen de tanto depresión como periodos de comportamiento maniaco. Por decir maniaco, no solamente queremos decir que sólo padecen de periodos de irritabilidad, enojo y rabietas. Durante una fase maniaca, los niños bipolares duermen notablemente menos y están excepcionalmente contentos. Tienen "pensamientos apresurados", lo que significa que empiezan a pensar sobre otra cosa antes de que terminen una frase. También tienen otros problemas como "delirios de grandeza", o sea alta autoestima poco realista. Por ejemplo, pueden pensar que son las personas más inteligentes o más fuertes en el mundo, o que pueden hacer cosas como ser pianista concertista cuando ni saben tocar el piano. Normalmente experimentan un gran aumento de la energía y pueden pasar días sin dormir y no sentir necesidad de sueño. También pueden hacer cosas que son muy peligrosas sin darse cuenta

del peligro. Los niños que tienen rabietas cuando no consiguen lo que quieren o cuando no están contentos no cumplen con todos los criterios del trastorno, aunque las rabietas son muy fuertes.

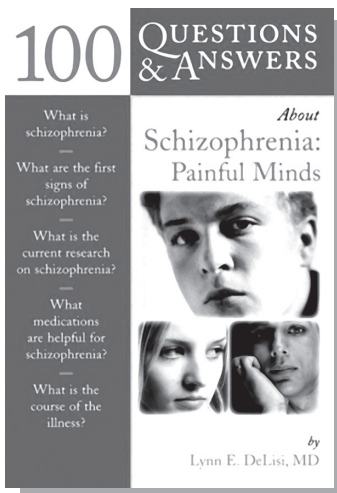
Durante la fase depresiva de la enfermedad, los niños se ven tristes y a menudo lloran. Pueden tener pensamientos de lastimarse o que nunca más se sentirán bien. Muchos niños deprimidos se quejan mucho de problemas como dolores de cabeza o del estómago. Pueden estar extremadamente cansados, tener un nivel de energía bajo y dormir mucho. Normalmente se nota cambios drásticos en el apetito; pueden comer demasiado o ni tener ganas de comer.

El trastorno bipolar es todavía un trastorno relativamente poco común con una predisposición genética conocida. No se presenta muy a menudo en niños antes de la pubertad. La mayoría de las personas son diagnosticadas durante los primeros años de la edad adulta. Se puede tratar el trastorno bipolar. Primero hay que educarlos a los padres acerca del trastorno. Los niños pueden ser tratados con una combinación de medicina y terapia. Les pueden ser recetados medicamentos estabilizadores del estado de ánimo tales como ácido valproico o litio. Estos medicamentos se usan para reducir el número e intensidad de los episodios maniacos y depresivos. Si usted sospecha que su hijo tiene este trastorno, es importante que sea evaluado por un profesional de salud mental capacitado o un psiquiatra infantil.

# Entrar en investigaciones de salud Mental: No estás solo

por Mary Hubbard, Biblioteca de Recursos del Centro de Discapacidades y Desarrollo

Soy directora de la Biblioteca de Recursos de Discapacidades la cual es una biblioteca ubicada dentro del Centro de Discapacidades y Desarrollo para prestar recursos a los que tienen necesidades especiales. Mi meta es para ayudarle a entender los asuntos de salud mental. Para hacer esto, como bibliotecaria, debo educar al público sobre asuntos de salud mental por medio de la información. Investigo buenas lecturas y decido cómo la información le servirá. Entonces ofrezco esos recursos de salud mental en la biblioteca. Un libro que me gusta mucho a mí es por Dra. Lynn E. DeLisi que se llama *100 Questions & Answers about Schizophrenia (100 Preguntas y Respuestas sobre Esquizofrenia)*. El libro me pareció perfecto para nuestros clientes porque trata esta enfermedad en maneras que son útiles para los pacientes y sus familias. Por ejemplo, el libro habla acerca del estigma asociado a la salud mental. El libro *100 Questions & Answers about Schizophrenia* sirve como el fundamento del esfuerzo de la biblioteca para proveer la última información acerca de salud mental y bienestar.



Otros libros que les ayudarán a los consumidores y a las familias con este tema son:

*Mental Wellness in Adults with Down Syndrome: A Guide to Emotional and Behavioral Strengths and Challenges*, por Dennis McGuire y Brian Chicoine.

*Trastorno Afectivo Bipolar: La Enfermedad de las Emociones*, por Ángeles López.

*Clinical Depression and Bipolar Illness: Frequently Asked Questions, A Handbook for Teens*, por Sallie P. Mink.

*Helping Your Troubled Teen*, por Cynthia Kaplan, Blaise Aguirre y Michael Rater.

También tenemos información sobre asuntos de salud mental para niños más jóvenes. Nuestros recursos incluyen trastornos actuales tales como:

- Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad
- Trastorno del espectro autista
- Trastorno Bipolar
- Trastorno límite de la personalidad
- Depresión
- Trastornos de la alimentación
- Esquizofrenia

Ofrecemos más que libros. Últimamente compramos una colección de DVD de una serie que se llama *Keeping Kids Healthy*. Algunos de los temas son:

- *Recognizing Borderline Personality Disorder in Children*. 27 minutos, ©2006.
- *Clinical Depression in Children*. 19 minutos, con subtítulos, ©2004.

■ *Eating Disorders: How to Recognize Them, What to do about Them*. 13 minutos, ©2002.

■ *Childhood Onset Schizophrenia: A Life Interrupted*. 26 minutos, ©2008.

■ *Adolescent Onset Schizophrenia: 1 in 100 Young people*. 26 minutos, ©2008.

Para empezar, sugiero que algunos padres elijan un libro general sobre salud mental. Por ejemplo, hay un libro escrito por el Dr. Stephen V. Faraone que se llama *Straight Talk about Your Child's Mental Health: What to do When Something Seems Wrong*. Otros padres pueden tener ganas de aprender más acerca del diagnóstico de su hijo. Tenemos más de 200 artículos que se tratan de salud mental en los niños en nuestra biblioteca. Usted puede averiguar lo que tenemos en nuestra colección visitando nuestra página de internet haciendo clic en el siguiente sitio [www.uihealthcare.com/cdd](http://www.uihealthcare.com/cdd). Haga clic en el enlace Digital Resource Library (Biblioteca de Recursos de Discapacidades) y de allí en el enlace que dice "Search" (Buscador).

La Biblioteca de Recursos de Discapacidades sirve para ayudarle con un problema y a buscar una respuesta. Podemos prestarle nuestros materiales, ponerle en contacto con un grupo de apoyo u ofrecerle información gratuita por visitar nuestra página de internet.

Visítenos los días laborales a las 9 de la mañana hasta las 5 de la tarde o marque el número de teléfono gratuito al 1-800-272-7713.

# CenterLines

Center for Disabilities and Development  
University of Iowa Children's Hospital  
100 Hawkins Drive  
Iowa City IA 52242-1011

## ¡La suscripción es GRATUITA!

Una suscripción de **CenterLines for Families** es gratuita. Si quisiera suscribirse al boletín, favor de mandar su nombre y dirección a: [CenterLines@uiowa.edu](mailto:CenterLines@uiowa.edu) o por correo:

Barb Nidey  
Center for Disabilities and Development  
University of Iowa Children's Hospital  
100 Hawkins Drive  
Iowa City, IA 52242-1011



### En esta edición:

- Depresión en los niños y los adolescentes..... 1
- Trastorno bipolar en la infancia..... 2
- Entrar en investigaciones de salud mental: No estás solo..... 3

*Spanish language translation by Todd Kuennen, M.A. © March 31, 2008*

La función de la información de esta carta de noticias no es proveer diagnósticos o tratamiento de ninguna enfermedad o condición. Nosotros recomendamos fuertemente que usted discuta la información que se encuentra aquí con su proveedor de la salud y otros proveedores de servicios.

*CenterLines para las familias*, una carta de noticias del Center for Disabilities and Development at the University of Iowa Children's Hospital (Centro para Discapacidades y Desarrollo en el Hospital de Niños de la Universidad de Iowa), que es publicada tres veces al año. Provee a las familias con información actualizada sobre el desarrollo de los niños y adultos, en asuntos que

**Editores**  
Amy Mikelson  
Elayne Sexsmith

**Graphics editor**  
Lori Popp

**Junta Editorial**  
Joni Bosch  
Barb Nidey  
Kelly Von Lehmden

afectan a las personas con discapacidad, y sobre los recursos disponibles en el CDD para ellos y sus familias. La carta de noticias está disponible impresa, y también en línea en el: [www.uihealthcare.com/cdd](http://www.uihealthcare.com/cdd). Haga un clic en Centerlines for Families (Centerlines para Familias).

Para correspondencia relacionadas con la carta de noticias, o para pedir permiso para reproducir la información de ella, favor de hacer contacto con:

Barb Nidey  
Center for Disabilities and Development  
University of Iowa Children's Hospital  
100 Hawkins Drive  
Iowa City, IA 52242-1011  
[CenterLines@uiowa.edu](mailto:CenterLines@uiowa.edu)