

Una serie de resúmenes breves sobre descubrimientos esenciales de publicaciones y presentaciones científicas recientes del Centro de Desarrollo Infantil de la Universidad de Harvard.

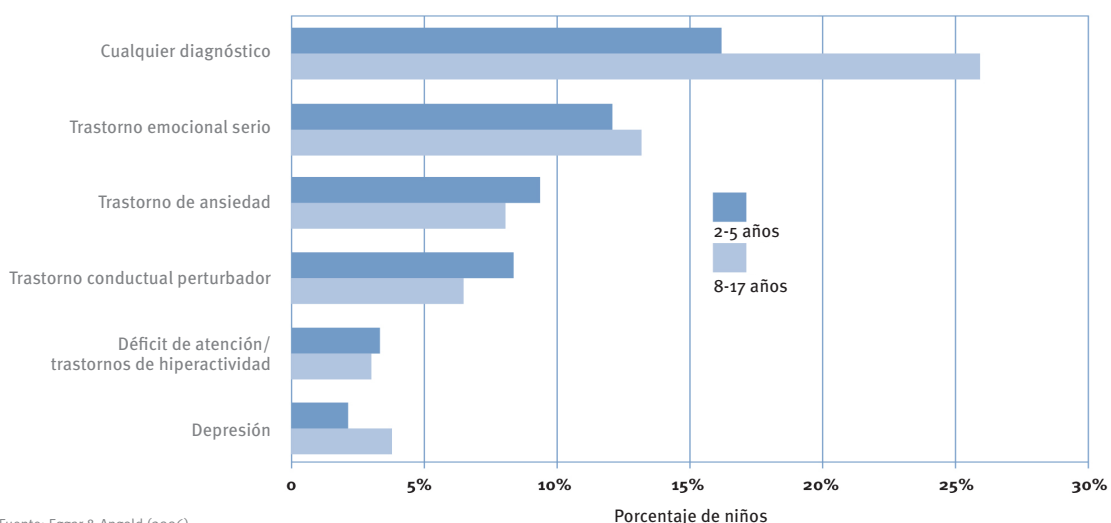
**La ciencia del desarrollo infantil muestra que los cimientos de la salud mental se construyen temprano en la vida, pues las experiencias tempranas —que incluyen las relaciones de los niños con los padres, los cuidadores, los familiares, los maestros y los compañeros— moldean la arquitectura del cerebro en desarrollo.** Las perturbaciones en este proceso de desarrollo pueden afectar las capacidades del niño para aprender y relacionarse con los demás, con implicaciones para toda la vida. Para la sociedad, muchos problemas costosos, que van desde el fracaso en completar la educación secundaria hasta el encarcelamiento o la cifra de los que no tienen hogar, podrían reducirse radicalmente si se buscara mejorar temprano en la vida los entornos de las relaciones y las experiencias de los niños.

Una salud mental sólida proporciona los cimientos esenciales de estabilidad que apoyan todos los otros aspectos del desarrollo humano, desde la formación de amistades y la habilidad para enfrentar la adversidad hasta el logro de éxitos en la escuela, el trabajo y la vida en la comunidad. De modo similar a cómo una mesa coja tambalea si el piso es desigual, si las patas no están alineadas o si el tablero está desnivelado, las consecuencias desestabilizadoras de los problemas de salud mental pueden obedecer a muchos factores interdependientes. Así como con el tiempo los bamboleos de una mesa pueden aumentar y volverse más difíciles de arreglar, el manejo efectivo de las preocupaciones relativas a la salud mental en los niños pequeños requiere de una identificación temprana de las causas y de una atención apropiada a su origen, radique éste en el entorno, en el niño o (más frecuentemente) en ambos. Entender cómo el bienestar emocional puede fortalecerse o desestabilizarse durante la infancia temprana puede ayudar a los formuladores de políticas a promover los tipos de entornos y experiencias

que previenen los problemas y remedian las dificultades en forma oportuna, de modo tal que no se desestabilice el proceso de desarrollo.

**1 Existen problemas significativos de salud mental que pueden aparecer, y de hecho lo hacen, en los niños pequeños.** En algunos casos, estos problemas pueden acarrear serias consecuencias para el aprendizaje temprano, la competencia social y la salud física a lo largo de la vida. Los niños pueden mostrar características claras de ansiedad, déficit de atención con hiperactividad, desórdenes de conducta, depresión, estrés postraumático y discapacidades en el neurodesarrollo, tales como autismo, a una edad muy temprana. Dicho esto, los niños pequeños responden a las experiencias emocionales y los acontecimientos traumáticos y los procesan de maneras muy diferentes a como lo hacen los niños mayores y los adultos. En consecuencia, el diagnóstico durante la infancia temprana puede ser todavía más difícil de lo que es entre los adultos.

### Los problemas de salud mental pueden ocurrir en el transcurso de la niñez



La versión en castellano del documento se ha realizado con el apoyo del Banco Interamericano de Desarrollo.

**2** Los trastornos en la salud mental ocurren como resultado de la interacción entre las predisposiciones genéticas de un niño y su exposición a una adversidad significativa en el entorno. Los genes no son el destino. Nuestros genes contienen instrucciones que les dicen a nuestros cuerpos cómo funcionar, pero el entorno deja en los genes una “firma” que autoriza o impide llevar a cabo esas instrucciones, o incluso acelera o frena la actividad genética. De este modo, la interacción entre las predisposiciones genéticas y las experiencias prolongadas que inducen al estrés temprano en la vida pueden sentar bases inestables para la salud mental, que perduran hasta la edad adulta.

**3** El estrés tóxico, que es el resultado de respuestas biológicas fuertes, frecuentes y/o prolongadas a la adversidad, puede dañar la arquitectura del cerebro en desarrollo y aumentar la probabilidad de que se produzcan problemas de salud mental que pueden aflorar rápidamente o años más tarde. Debido a sus efectos perdurables en el desarrollo del cerebro y en otros órganos, el estrés tóxico puede afectar la preparación escolar, el éxito académico y la salud física y mental en la infancia y, más tarde, en la edad adulta. Las circunstancias de la vida asociadas con el estrés familiar, tales como la pobreza persistente, los vecindarios peligrosos y las muy precarias condiciones de cuidado durante la infancia elevan el riesgo de problemas serios de salud mental. Los niños pequeños que experimentan abuso recurrente o negligencia crónica, violencia doméstica o problemas parentales de salud mental o abuso de sustancias de los padres son particularmente vulnerables.

**4** Algunos individuos demuestran capacidades notables para superar los desafíos severos del maltrato, los traumas y el daño emocional temprano y persistente. Sin embargo hay límites en la habilidad de los niños pequeños para recuperarse psicológicamente de tales adversidades. Incluso cuando los niños han sido apartados de circunstancias traumatizantes y colocados en hogares excepcionalmente propicios, las mejoras en el desarrollo a menudo van acompañadas de problemas persistentes en la autorregulación, la adaptabilidad emocional, la forma de relacionarse con los demás y la autocomprensión. Cuando los niños superan estas cargas, es normalmente porque se han beneficiado de esfuerzos excepcionales de apoyo desplegados por los adultos. Esta evidencia subraya la importancia de la prevención y de la intervención oportunas en circunstancias que exponen a los niños pequeños a riesgos psicológicos severos.

**5** Es indispensable tratar los problemas de salud mental de los niños pequeños en el contexto de sus familias, sus hogares y sus comunidades. El bienestar emocional de los niños pequeños está directamente vinculado al comportamiento de sus cuidadores y al funcionamiento de las familias con las que viven. Cuando las relaciones en esos contextos son abusivas, amenazantes, crónicamente negligentes, o psicológicamente dañinas, se convierten en un factor que aumenta el riesgo del desarrollo de problemas de salud mental. En contraste, cuando las relaciones son confiables, receptivas y de apoyo, pueden proteger a los niños pequeños de los efectos adversos de otros factores estresantes. Por lo tanto, para reducir los factores estresantes que afectan a los niños es necesario abordar los distintos tipos de estrés que afrontan sus familias.

## IMPPLICACIONES DE POLÍTICA

- Las necesidades emocionales y conductuales de los infantes, los bebés y los niños en edad preescolar que son vulnerables se satisfacen mejor a través de servicios coordinados que se enfoquen en su entorno completo de relaciones, incluyendo los padres, los miembros de la familia ampliada, los facilitadores de programas de visitas domiciliarias, los proveedores de cuidado y educación temprana y/o los profesionales en salud mental. Los servicios de salud mental para adultos que son padres de niños pequeños tendrían un mayor impacto si al mismo tiempo atendieran las necesidades de los niños.
- Los médicos y proveedores de cuidado y educación temprana estarían mejor equipados para entender y manejar los problemas emocionales y conductuales de los niños pequeños si tuvieran un entrenamiento profesional más apropiado y un acceso fácil a los profesionales de la salud mental infantil cuando sean necesarios.
- Una mejor coordinación de los recursos invertidos en los servicios de salud mental para los niños pequeños y sus padres proporcionaría un vehículo más estable y eficiente para asegurar el acceso a los programas de prevención y tratamiento efectivos.

Para mayor información, véanse “Construyendo el Sistema de ‘Control de Tráfico Aéreo’ del Cerebro: Cómo las Experiencias Tempranas Modelan el Desarrollo de la Función Ejecutiva” y la serie de Documentos de Trabajo del Center on the Developing Child de la Universidad de Harvard. [www.developingchild.harvard.edu/resources/](http://www.developingchild.harvard.edu/resources/)

Los autores reconocen con gratitud las contribuciones del Centro de Mejores Prácticas de la National Governors Association y de la National Conference of State Legislatures.



Center on the Developing Child  
HARVARD UNIVERSITY

[www.developingchild.harvard.edu](http://www.developingchild.harvard.edu)

### TAMBIÉN EN ESTA SERIE:

EN BREVE: La ciencia del desarrollo infantil temprano

EN BREVE: La función ejecutiva: habilidades para la vida y el aprendizaje

EN BREVE: La ciencia de la negligencia

EN BREVE: El impacto de la adversidad durante la infancia sobre el desarrollo de los niños

EN BREVE: La eficacia de los programas para la infancia temprana

EN BREVE: Los cimientos de la salud a lo largo de la vida