

TRATAMIENTO NEUROPSICOLÓGICO A NIÑOS CON ANSIEDAD Y SU ENTORNO FAMILIAR

Genesis Parada¹
Edgar Sojo²

RESUMEN

El estudio fue efectuado con el fin de poder encontrar mayores respuestas desde el campo neuropsicológico, donde los conocimientos de profesionales como neurólogos y psicólogos puedan intervenir en el trastorno de ansiedad generalizada que se desencadena en niños, por diversas circunstancias. De igual forma se encuentran otras enfermedades que son pertenecientes al grupo de ansiedad. Seguidamente se quiso enfocar un estudio sobre el cerebro triuno para poder hallar mayores resultados en los efectos que puede causar el ejercicio a nivel cerebral, y que causara una impacto emocional positivo. Por otro lado, se llevó acabo el método de estudio cuantitativo en dirección descriptiva, donde fue necesario la recolección de datos tomando en cuenta la población y muestra; donde fueron seleccionados los pacientes del hospital Arias Padre Justo de Rubio, estado táchira, del departamento de psicología, las edades de los infantes fueron comprendidas desde los seis hasta los ocho años de edad. Gracias a cada uno de los aportes de diversos profesionales de la salud mental a nivel internacional se corrobora la existencia de métodos iguales en función del ejercicio, dando mayor estabilidad al estudio.

Palabras claves: Ansiedad, ejercicio, cerebro.

ABSTRACT

The study was carried out in order to find more answers from the neuropsychological field, where the knowledge of professionals such as neurologists and psychologists can intervene in the generalized anxiety disorder that is triggered in children, due to various circumstances. In the same way, there are other diseases that belong to the anxiety group. Next, they wanted to focus on a study on the triune brain in order to have greater results in the effects that exercise can cause at the brain level, and that it would cause a positive emotional impact. On the other hand, the quantitative study method was carried out in a descriptive direction, where it was necessary to collect data taking into account the population and sample; where the patients of the Arias Padre Justo de Rubio hospital, Táchira state, from the psychology department were selected, the ages of the infants were between six and eight years of age. Thanks to each of the contributions of various mental health professionals at the international level, the existence of equal methods based on exercise is corroborated, giving greater stability to the study.

Keywords: Anxiety, exercise, brain.

¹Estudiante de Psicología en la Universidad Bicentennial de Aragua- Venezuela.
genesislucia98@gmail.com

²Licenciado en Psicología, docente de la Escuela de Psicología de la Universidad Bicentennial de Aragua-Venezuela. Coordinador de Diplomado Psicología Clínica Infanto-Juvenil.
esojoarevalo@gmail.com

Introducción

En la actualidad, se presentan gran cantidad de casos por la aparición de miedos, fobias y síntomas fisiológicos que son pertenecientes al grupo de trastornos de ansiedad, en el caso de los niños, los síntomas que aparecen los primeros días, es difícil de comprender por los educadores y los padres, puesto que los niños no mantienen idea de lo que es presentar ansiedad y no suelen saber drenar las emociones negativas llegando a una conducta errónea en las diferentes áreas. Unos de los comentarios de padres son <<mi hija llora cuando va a entrar al salón, cuando anteriormente solía desesperarse porque quería ser la primera en llegar>> al momento de indagar en los antecedentes, lo que más sobresale son episodios traumáticos. Y, por otro lado, el distanciamiento con las figuras de autoridad, o la separación de los padres. Debido a la situación del país (Venezuela) se establece la ansiedad por separación en niños, donde el gran miedo de los niños es quedar sin protección, y que el cuidador con el que se encuentra se pueda enfermar o también llegue a distanciarse.



Es por ello, que las terapias en dirección a los niños deben ser cada día más amplias, donde los niños puedan identificarse con alguna de las actividades. El deporte, además, de cuidar la salud física, se encuentra en las estrategias de los diferentes psicólogos, ya que el niño suele focalizar su atención en otra cosa que no sea pensar <<estoy solo>> o <<en cualquier momento me dejarán como lo hizo mi madre>> siendo cada uno de estos pensamientos irracionales los que toman el control diario del infante, afectando la seguridad que el niño tenía anteriormente. La separación de los padres, el miedo a los grupos sociales, o cualquier tipo de ansiedad, es debido a momentos estresante, en años anteriores durante los primeros años de vida, o incluso en el periodo de gestación, y al volver a estar en un escenario parecido, puede desencadenar diversos síntomas desagradables, en donde se debe intervenir de la manera más

rápida, pero sobre todo que sea del gusto del infante para obtener mejores resultados. Desde el enfoque neuropsicológico; al momento de que el sistema nervioso central recibe distintas señales negativas, haciéndole llegar a través de los sentidos de percepción, donde puede llegar esta señal a distintas partes del cerebro en especial la amígdala cerebral, y la corteza prefrontal siendo la encargada de organizar una respuesta conductual, pero en ocasiones la respuesta más rápida es llevada a cabo por la amígdala.

Es allí, donde la supuesta respuesta se vuelve exagerada y suele estar el sistema fisiológico en una funcionalidad intensa, donde el funcionamiento del sistema cardíaco aumenta, la respiración se acelera, y los músculos se contraen para una posible huida o lucha a través del sistema nervioso simpático, apareciendo los síntomas tomados en cuenta desde el punto de vista psicológico, para afirmar un estado de ansiedad: sudoración en las manos, dolor de cabeza, nerviosismo, irritabilidad, miedo, pensamientos no deseados, entre otros. Es por esto que la neuropsicología debe abrir puertas a temas de investigación como este, y que se conozca cada técnica a profundidad, planteando como puede influir a nivel cerebral, ya que aquí se cumpliría el área psicológica y biológica.

Por el mismo motivo, la neuropsicología establece los diversos medicamentos, donde de la mano de diferentes terapias ha obtenido muchos avances. Sin embargo, en este caso se opta por presentar el ejercicio como parte de la intervención en los niños que asisten a terapia en el Hospital "Arias Padre Justo", donde fueron evaluados en compañía de sus cuidadores. En este mismo sentido, se encuentran investigaciones que aportan un respaldo para dicho artículo; en el 2019 practicar deportes en equipo puede proteger contra los efectos del trauma infantil. La doctora Molly Easterlin observaba que el tratamiento tradicional que aplicaba para la ansiedad y la depresión no funcionaba. Como ella misma practica deportes, cuando era una niña, se preguntó si practicar deportes podría mejorar las vidas de los que sufren traumas, así como la ayudó a ella. Su respuesta fue, sí. El estudio mostró que los niños que practicaron un deporte durante la infancia, durante

parte de su adultez hasta el momento, no han presentado síntomas de ansiedad severa u otra enfermedad a nivel psicológico.

Metodología

Lo que se entiende por investigación cuantitativa, que viene definido por Harley y Tober (2000), es vista como aquella que logra relacionar dos o más variables, permitiendo contrastar una serie de hipótesis ya planteadas durante la realización del estudio, el cual permite la obtención de resultados por medio de una muestra que puede ser de forma aleatoria o discriminada, a través de la misma es posible elaborar análisis estadísticos que vienen dados de los resultados de un instrumento aplicado; Este tipo de investigación es considerada adecuada para la indagación que se está desarrollando, ya que los datos que se extraen del trabajo son de carácter estadísticos descriptivos, en correspondencia al tratamiento neuropsicológico a niños con ansiedad y su entorno familiar.

En este sentido, se designa la investigación de campo, ya que es una de las más adecuadas que le permitió al investigador visualizar la caracterización real donde suceden y se originan los estudios principales acerca de las variables que se van a medir, teniendo en cuenta que dichas determinantes no experimentan un cambio en sus condiciones naturales, se tiene entonces que, según Sampiere, citado por Martínez (2016), define “la investigación de campo – descriptiva, como un proceso sistemático, riguroso y racional de recolección, tratamiento y análisis y presentación de datos basados en una estrategia de recolección directa de la realidad de las informaciones necesarias para la investigación”, basado en ello, lo que el autor denota es que la investigación de este tipo se concentra en la recolección de datos de la información que se obtiene. En relación al diseño de la investigación, este es definido como la estrategia que usa el investigador para responder al problema formulado (Palella y Martins, 2015) por tanto, resulta un procedimiento necesario para el abordaje adecuado del estudio.

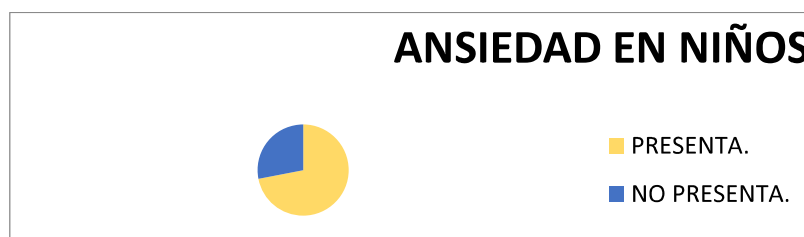
Fue necesario tomar en cuenta una población, muestra, y la ayuda de ciertos instrumentos para poder corroborar la hipótesis. La población fue establecida en el

estado Táchira, municipio Junín, en el pueblo de Rubio, por otro lado, la muestra fue estructurada por los pacientes del Hospital “Arias Padre Justo”, donde aproximadamente 30 niños fueron evaluados, y cuyo instrumento empleado fue el cuestionario acerca de la ansiedad infantil. Su aplicación es una de las más recomendadas, por lo que cuenta con una estructura bastante flexible para que cada uno de los niños no sienta ninguna discriminación o que disminuya la autoestima de los mismos. Las edades fueron desde los 6 hasta los 8 años de edad, donde cada uno de los padres estuvo presente en la evaluación.

Resultados

En el siguiente apartado, se muestran los resultados más breves en función de los hallazgos del cuestionario de ansiedad infantil.

Gráfico N°1: Tabla de resultado totales, donde la mayoría de los niños, de acuerdo al CAS y tomando en cuenta el DSM- V se encuentran con una ansiedad generalizada del rango medio y grave.



Fuente: parada y Sojo (2023)

El 60% de los niños evaluados se encontraron dentro del rango de ansiedad moderada, gracias al cuestionario infantil, se pudo corroborar que más de la mitad, de los niños que acuden al departamento de psicología presentan ansiedad, y cada uno de ellos por un motivo diferente, en especial, porque sus padres se encuentran fuera del país.

Discusión

Como primer punto se buscaba establecer un diagnóstico sobre cada uno de los niños, de manera que se pudiera estar seguro de la situación que mantienen algunos niños, y de cómo se pueden implementar estrategias, para que cada uno de los síntomas vayan disminuyendo, evitando caer en una posible enfermedad que cueste más aún conseguir una recuperación. Gracias al instrumento aplicado (CAS), y al DSM- V se pudo establecer una impresión diagnóstica.



Con la misma prioridad se estableció un plan de intervención por medio del ejercicio, para disminuir los síntomas de ansiedad, en cada uno de los niños que lo padecen, y en aquellos que sólo mantiene pocos síntomas, pero que de igual forma es necesario intervenir a través de actividades, donde las actividades cerebrales sean intensificadas, para que la conducta y estado emocional del niño no se vea perjudicado. Entre más atención los padres puedan dar a la salud de sus hijos, menos dificultades tendrán los niños cuando lleguen a la adultez, evitando arrastrar esta enfermedad por muchos años, pudiendo originar otras (trastornos alimenticios, depresión crónica, trastornos de personalidad, entre otros).

Como último punto, se encuentra la psicoeducación hacia las figuras de autoridad y de cuidado, puesto que en ocasiones la frustración de los niños, afecta al resto del círculo familiar, ocasionando múltiples estresores aumentando las problemáticas que se puedan estar presentando en el hogar, y en caso de no tener conocimiento sobre lo que los niños presentan, los adultos pueden llegar a plantear la violencia física como una corrección, cuando realmente necesita de la atención psicológica, es por esto que se recomienda la orientación a padres con niños con dicho trastorno y a los que no lo presentan también, tomándose como prevención. Con la psicoeducación se evita el estrés en el hogar y que se establezca una familia

disfuncional. La psicoeducación ayuda a involucrar a cada uno de los integrantes en la intervención, siendo considerado esto como apoyo emocional.

Referencias

Ayala, S. (2021). Cuestionario de Ansiedad Infantil. <https://www.psicoeu.org/cuestionario-ansiedad-infantil/?v=55f82ff37b55>

Cardona, M. (2018). **El ejercicio físico como alternativa para disminuir la ansiedad de rasgo en población no deportista.** (PDF) Recuperado de: https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/15922/1/CardonaMonica_2018_EjercicioFisicoAlternativa.pdf&ved=2ahUKEwjwnqySg-79AhXQRDABHfAvDyIQFnoECDkQAQ&usq=AOvVaw2MIWgkO92XRDIKOHoxX-S7

Castellanos, L. (2017). **Procesos y Fundamentos de la investigación científica,** recuperado en: <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14232/1/Cap.4-Investigaci%C3%B3n%20cuantitativa%20y%20cualitativa.pdf>

Castillo, B. (2020). **6 tipos de investigación,** recuperado en: <https://guiauniversitaria.mx/6-tipos-de-metodos-de-investigacion/>.

Ceballos, Y. (2013). **Trastorno de ansiedad por separación en niños y niñas de educación preescolar de 4 a 6 años.** (PDF). Recuperado de: <http://bdigital.ula.ve/storage/pdf/42139.pdf>

Delgado, C. (2018). **Efectos del ejercicio físico sobre la salud mental (depresión, ansiedad). UNA MIRADA DESDE LA EVIDENCIA CIENTIFICA EXISTENTE.** (PDF). Recuperado de: <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://ecr-dspace.metabiblioteca.com.co/bitstream/001/314/1/Delgado%2520Cristhian%2520C%2520Mateus%2520Erika%2520C%2520Rinc%2520C3%25B3n%2520Laura.pdf&ved=2ahUKEwiE9qCsosL9AhWSsDEKHbXKAawQFnoECA0QAQ&usq=AOvVaw3Y4ZEcrqHAZTb7c1L4GBQT>

- Deu, J. (2021). **Los niños y la ansiedad: cuando no es solo cuestión de nervios.** Recuperado de: <https://faros.hsjdbcn.org/es/articulo/ninos-ansiedad-cuando-no-solo-cuestion-nervios>
- Harbec, M. (2021). **El ejercicio físico en niños les reduce la posibilidad de sufrir ansiedad y depresión.** <https://www.catalunyapress.es/texto-diario/mostrar/3218976/ejercicio-fisico-ninos-reduce-posibilidad-sufrir-depresion-ansiedad>
- Harley, E. y Tober, T. (2000). Introducción al proceso de investigación en ciencias sociales. Buenos Aires.
- Humberto, S. (2018). **Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental.** (PDF). Recuperado de: <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6369972.pdf&ved=2ahUKEwiE9qCsosL9AhWSsDEKHbXKAawQFnoECBMQAQ&usq=AOvVaw3Yi28HP2LxXjBt1P0MGkk5>
- Langarita, R. (2019). **Neuropsicología del trastorno de ansiedad generalizada: revisión sistemática.** Recuperado de: <https://neurologia.com/articulo/2018371>
- Mousalli, G. (2016). **Métodos y Diseños de investigación Cuantitativa.** Recuperado en: https://www.researchgate.net/profile/Gloria-Mousalli/publication/303895876_Metodos_y_Disenos_de_Investigacion_Cuantitativa/links/575b200a08ae414b8e4677f3/Metodos-y-Disenos-de-Investigacion-Cuantitativa.pdf
- Ramos, C. (2017). **Los Paradigmas De La Investigación Científica,** Recuperado de: https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2015_1/Carlos_Ramos.pdf.
- Ruiz, F. (2023). **¿Qué sucede en nuestro cerebro cuándo hacemos ejercicio? La actividad física estimula importantes procesos en el cerebro. Diversos estudios confirman el vínculo entre el ejercicio y este órgano.** Recuperado de: <https://www.ucr.ac.cr/noticias/2019/05/14/que-sucede-en-nuestro-cerebro-cuando-hacemos-ejercicio.html>
- Martínez, J. (2016). “El diseño de la investigación”, en A. Marradi, N. Archenti y J. I. Piovani (comps.). Metodología de las ciencias sociales. Buenos Aires: Emecé.

UNICEF, (2023). **Derecho a La Salud.** Recuperado de:
<https://www.unicef.org/venezuela/derecho-la-salud>

Walters. L. (2022). **Señales de ansiedad en niños pequeños.** Recuperado de:
<https://www.understood.org/es-mx/articles/anxiety-signs-young-children>



“Nunca es demasiado tarde para tener una infancia feliz”
Tom Robbins