



"Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres"
"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

PADRES DEBEN ESTAR ALERTA ANTE SIGNOS DE DEPRESIÓN EN NIÑOS DEBIDO A LA NUEVA CONVIVENCIA POR LA COVID-19

Algunas señales son tristeza, irritabilidad inusual, pérdida de interés en actividades, así como cambios en la alimentación y los patrones de sueño.



Los niños que parecen estar atrapados en un estado de ánimo negativo podrían necesitar ayuda para recuperarse por la inactividad forzada y constante incertidumbre que es inevitable debido a la nueva convivencia por la COVID-19, informó el Hospital Víctor Larco Herrera del Ministerio de Salud (Minsa).

La médico psiquiatra y jefa de Emergencias del establecimiento de salud, Judi López Arias, explicó que la mayoría de las personas están luchando por mantener una actitud positiva frente a la pandemia, pero la depresión es más que sentirse triste o tener días malos. Por ello, se debe estar alerta ante cualquier signo en los niños.

“La depresión es un trastorno que con mayor frecuencia comienza en la adolescencia, pero puede ocurrir en niños tan pequeños como en edad preescolar. Eventos perturbadores y tiempos estresantes pueden desencadenar esta enfermedad en pequeños que nunca mostraron algún síntoma”, destacó.

En ese sentido, los padres deben estar atentos ante señales como tristeza, irritabilidad inusual y persistente, pérdida de interés en actividades que alguna vez disfrutaron, temores anticipados, así como cambios en el peso, en los patrones de sueño y en la alimentación.



PERÚ

Ministerio
de Salud

Viceministerio
de Prestaciones y
Aseguramiento en Salud

Hospital
Víctor Larco Herrera

"Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres"
"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Si presentan autoevaluación negativa ("soy feo", "no soy bueno", "nunca haré amigos"), podrían tener pensamientos o intentos de suicidios.

López recomendó que los padres deben fomentar un ambiente familiar en el que los niños se sientan cómodos.

"Tome el tiempo para sentarse y explorar cómo están. Sus hijos pueden necesitar un poco de ayuda. Con tantas cosas sucediendo en el mundo, los niños mayores pueden preocuparse de que sus sentimientos no sean importantes, y los más pequeños pueden no tener las palabras para explicar lo que sienten", remarcó.

Agregó que es necesario que los niños se mantengan activos y aprendan a tolerar la incertidumbre y la ambigüedad por la situación actual. "Hacer planes es importante, tener nuevos objetivos, alcanzar nuevas metas y concentrarse en la gratitud", sugirió.

Si un niño continúa mostrando los síntomas descritos, los padres deben buscar ayuda de un profesional de salud mental.

Magdalena del Mar, 13 de enero de 2021

Hospital Víctor Larco Herrera
Oficina de Comunicaciones