Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Cómo actuar ante un espasmo del sollozo

¿Qué es un espasmo del sollozo?

Son episodios desencadenados por un enfado, un susto o una emoción importante, en los que el niño deja de respirar bruscamente llegando a veces a desmayarse.

Ocurren en un 5% de los niños sanos. Suelen ocurrir entre los seis meses y los cinco años de edad, existiendo un pico de mayor frecuencia alrededor de los dos años de vida. En un 35% de casos los padres presentaron en su infancia el mismo cuadro.

¿Cómo se producen?

Tras una caída, un golpe, una rabieta, el niño llora o intenta llorar. Después inicia una espiración forzada que se sigue de una pausa de apnea (deja de respirar); de forma rápida empieza a ponerse morado (cianosis). En ocasiones puede sufrir unas sacudidas, como convulsiones. Finalmente el niño rompe a llorar o en algunos casos puede perder la consciencia de forma muy breve.

Este es el espasmo del sollozo cianótico.

Existe otro tipo de espasmo, que se da con menor frecuencia, el espasmo del sollozo pálido. Estos suelen ocurrir tras un episodio doloroso o un susto o sobresalto. En este caso el niño pierde rápidamente la consciencia, está pálido e hipotónico (“blando”).

¿Qué podemos hacer?

En primer lugar y en la medida de lo posible, mantener la calma.

Los espasmos del sollozo se resuelven en pocos segundos sin ninguna repercusión para el niño.

Es importante no zarandear ni gritar ni golpear al niño para intentar que el espasmo ceda. Lo único que podemos conseguir es hacerle daño. Tampoco es necesario realizar maniobras de reanimación.

Al ser un cuadro muy aparatoso, es muy difícil estarse quieto, pero es importante saber que va a resolverse solo.

¿Cuándo nos preocuparemos?
- Si el espasmo ocurre en niños menores de seis meses.
- Si tarda en recuperarse más de cinco minutos.
- Si tras el episodio no está completamente normal.
- Si el espasmo no ha sido causado por una rabieta, golpe, sobresalto etc.

¿Qué consecuencias tienen?

Ninguna. Estamos ante un cuadro benigno que no causa daños ni a corto ni a largo plazo. Los niños que sufren espasmos del sollozo no tienen mayor riesgo de desarrollar epilepsia.

¿Cómo se previenen?

No se pueden prevenir.

Tienen un origen involuntario, aunque puede ocurrir que el niño aprenda a utilizarlos si así obtiene recompensas. Hay que sospecharlo si los episodios son muy frecuentes.

Dado que algunos espasmos tienen como causa una reprimenda, hay padres que intentan evitarlos no regañando a sus hijos. Es importante, a pesar de lo angustioso del cuadro, continuar corrigiendo su comportamiento y no ceder ante las rabietas.

Recursos

- Mi hijo se encana, doctor (espasmos del sollozo) (Familia y Salud)
- Espasmos del sollozo (Hojas informativas para padres. *Sociedad Española de Urgencias de Pediatría*)

Fuente: **Cómo actuar ante un espasmo de sollozo** (descarga pdf del capítulo) En: *GUÍA DE AYUDA PARA CENTROS DOCENTES. Manejo práctico de los problemas de salud pediátricos más frecuentes. Consejos para el profesorado y los cuidadores escolares.* Grupo de Educación para la Salud de la AEPap, actualizada en 2023.

Presentación powerpoint en formato pdf.

Fecha de publicación: 29-06-2019

Última fecha de actualización: 4-11-2023

Autor/es:

- Grupo de Educación para la Salud. AEPap.

CC BY NC ND