



FAMIPED

Familias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres, mejores hijos.

Niños "psicosomáticos". Si le duele, ¿por qué me dicen que no tiene nada?

Autor/es: Concha Bonet de Luna. Pediatra. CS Segre. Madrid.

[Volumen 5. Nº2. Junio 2012](#) [1]

Palabras clave: medicina psicosomática, dolor funcional, orgánico

¿Qué es eso de la “psicosomática”?

La medicina reconoce la importancia de los procesos emocionales en la aparición y desarrollo de algunas molestias, incluso de algunas enfermedades. Con frecuencia, los niños y los adultos se quejan de molestias corporales que no tienen base orgánica, es decir, en las que no se encuentran alteraciones demostrables, y que denominamos síntomas funcionales o psicosomáticos. Esto significa que aspectos psicológicos se expresan a través del cuerpo en forma de molestias o dolor, sin que el cuerpo esté dañado.

¿Por qué son tan frecuentes los síntomas psicosomáticos en la infancia?

Porque los niños tienen más dificultad para expresar sus emociones. Además, tienen menos vocabulario. Quizá también porque, en la infancia, la separación (artificial) mente-cuerpo esté menos desarrollada que en los adultos.

¿Algunos niños están más predispuestos a padecerlos?

Sí. Los niños sensibles, tímidos, introvertidos, inteligentes y/o perfeccionistas son más propensos. Aparecen con mayor frecuencia en familias donde hay más miembros con dolores. Esto puede ser debido a que haya una mayor sensibilidad al dolor en algunas familias o a que se tenga más miedo de padecer enfermedades y se esté “más encima” del cuerpo. También los niños aprenden por imitación a relacionarse de esta manera consigo y su entorno.

¿Dónde se localizan con más frecuencia los dolores funcionales?

Las localizaciones más frecuentes son el abdomen y la cabeza. Ambos sistemas actúan como altavoz emocional, expresando malestar. También son frecuentes los mareos, los trastornos del sueño y la dificultad respiratoria sin asma (es decir, ansiedad). Es importante recalcar que al niño le duele y le preocupa. El hecho de que no tenga base orgánica, no significa que se lo invente.

¿Hay signos o síntomas que pueden ayudar a diferenciarlos de enfermedades “orgánicas”?

No siempre. Pero, si el niño se queja con frecuencia, es mejor llevarlo al pediatra. Sobre todo, si no hace su vida normal.

Algunos signos de alerta que deben obligarnos a consultar serían:

1- Abdomen

Niños "psicosomáticos". Si le duele, ¿por qué me dicen que no tiene nada?

- Diarreas frecuentes y/o sangre en la deposición.
- Pérdida de peso.
- Dolor que despierta por la noche.
- Antecedente de úlcera duodenal o estomacal en familiares de primer grado.
- Dolor que se irradia o se aleja del ombligo.

2- Dolor de cabeza

- Dolor fuerte que provoca vómitos.
- Dolor que empeora con la luz y los ruidos.
- Cambio evidente de carácter.
- Dolor que despierta por la noche.

¿Qué hará el pediatra?

Lo primero, una buena historia clínica, junto con la exploración física pertinente. Preguntará por los antecedentes familiares, porque, a veces, los niños "aprenden" a interpretar su cuerpo de manera similar a como lo hacen los adultos que le rodean. Indagará si la familia está pasando por momentos de estrés como separaciones, nacimiento de hermanos, cambio de casa o de colegio, y valorará las relaciones del niño en el colegio. Algunos niños con dolores funcionales pueden estar sufriendo acoso escolar o teniendo problemas con sus amigos o los estudios. En ocasiones, y siempre que haya dudas razonables, el pediatra puede hacer algunas pruebas para apoyar el diagnóstico de trastorno funcional.

¿Qué tratamiento tiene?

El mejor tratamiento es que tanto el niño como la familia comprendan que no hay enfermedad, aunque haya molestias. Esto tranquilizará a todos. En la mayoría de los casos se puede esperar a ver la evolución, recomendar técnicas de relajación y enseñar a entender ese peculiar lenguaje del cuerpo.

¿Podemos hacer algo los padres?

Sí. Enseñar a los niños a expresar de forma adecuada sus emociones y a convivir con ciertos dolores o molestias que forman parte de la vida. Dar ejemplo.

Bibliografía: Los trastornos psicosomáticos en la infancia y adolescencia. JL Pedreira y col. Rev Psiquiatr Psicol Niño y adolesc. 2001, 3(1): 26-51.