

Consejos para ayudar a los niños con mutismo selectivo a encontrar su voz:

Dales opciones cuando les preguntes algo. Por ejemplo: “¿Quieres jugo o agua?”. Es más fácil que respondan a este tipo de preguntas y dan pie a una respuesta distinta a sí o no.

Espera 5 segundos después de hacer una pregunta, sin repetirla ni dejar que alguien se apresure a responderla por el niño.

Dales elogios específicos cuando hablen: “¡Qué bien que nos pediste jugo!”. Esto les permite saber exactamente por qué los estás elogiando y los motiva a seguir haciéndolo.

Practica repetir lo que dijo el niño. Repetir o parafrasear las palabras de los niños hace que se sientan escuchados y comprendidos.

Sé como un comentarista deportivo al describir paso a paso lo que está haciendo. Permitir que los niños dirijan alguna actividad ayuda a expresar tu interés en lo que hacen y los hace sentir más cómodos.

Medicación para el mutismo selectivo

La terapia cognitivo-conductual (TCC) suele ser el primer tratamiento recomendado para los niños con MS. Sin embargo, en algunos casos se recomienda medicación, normalmente un antidepresivo llamado ISRS:

- **Niños mayores con MS prolongado.** Si un niño tiene 7 u 8 años (o más) en lugar de 4 o 5, su ansiedad podría ser más resistente al tratamiento.

- **Niños con MS más grave.** Los niños que no se desenvuelven bien en la escuela o con los amigos podrían necesitar ayuda adicional.
- **Los niños que no han respondido bien a la terapia conductual.** Si la TCC no está funcionando, podría ser porque su ansiedad es tan grande que no les permite participar en el tratamiento.
- **Niños con otros problemas psiquiátricos.** Si un niño tiene otras formas de ansiedad, o TDAH o depresión, la medicación puede ayudar con los síntomas relacionados.
- **Si hay antecedentes familiares de MS u otro trastorno de ansiedad.** Esto sugiere una predisposición genética a desarrollar trastornos de ansiedad, y es posible que un niño necesite medicación para tratarlos.



Para obtener más recursos sobre mutismo selectivo en inglés y español, visita el Centro de recursos para las familias del Child Mind Institute en childmind.org/español

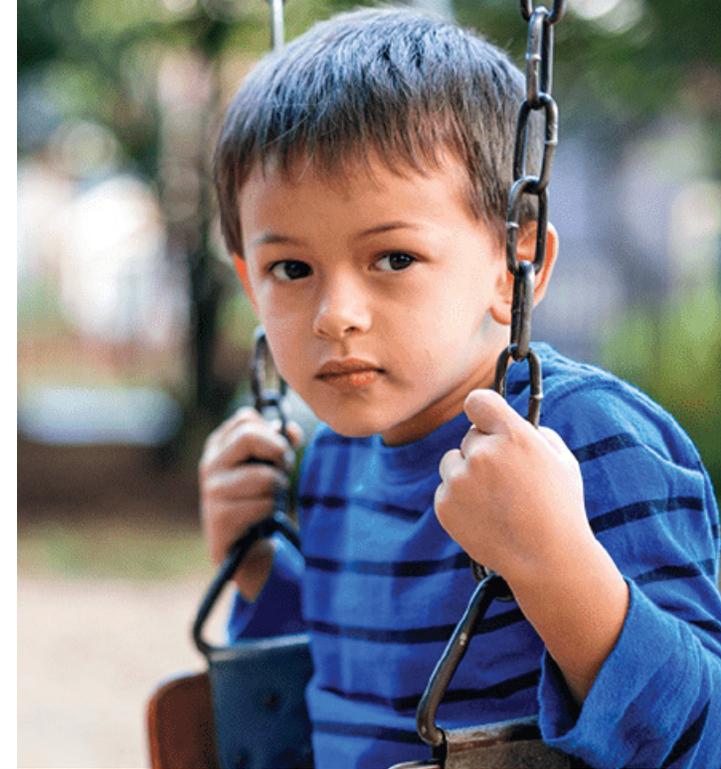
El Child Mind Institute se dedica a transformar la vida de los niños y las familias que luchan contra trastornos de salud mental y del aprendizaje, al brindarles la ayuda que necesitan para salir adelante. Nos hemos convertido en la principal organización independiente sin fines de lucro en el ámbito de la salud mental infantil, al proporcionar atención de primer nivel basada en evidencia, ofrecer recursos educativos a millones de familias cada año, capacitar a educadores en comunidades desatendidas y desarrollar tratamientos innovadores para el futuro.

Atención clínica en el Child Mind Institute: presencial y vía telemedicina

Para conocer más sobre nuestros servicios y solicitar una cita, llama al (877) 203-3452 o envía un email a appointments@childmind.org.

Nueva York
215 East 50th Street
New York, NY 10022

Área de la Bahía de San Francisco
2000 Alameda de las Pulgas #242
San Mateo, CA 94403



En pocas palabras: Mutismo selectivo en niños

Síntomas de mutismo selectivo
y consejos para apoyar a niños
con este trastorno.



Child Mind
Institute

¿Qué es el mutismo selectivo?

El mutismo selectivo (MS) es un tipo de trastorno de ansiedad. Los niños con MS suelen hablar en casa pero no pueden hacerlo en otros lugares, como en la escuela o en presencia de extraños. Es algo más que mera timidez. Los niños con MS sienten tanta ansiedad en algunas situaciones que no logran hablar, incluso cuando necesitan ayuda, se lastimaron o tienen que ir al baño. El mutismo selectivo les causa angustia e interfiere con la escuela y las situaciones sociales, pero el tratamiento los puede ayudar a encontrar su voz.

¿Cuáles son los síntomas del mutismo selectivo?

Es común pensar que los niños con MS son solamente tímidos o que no quieren hablar. Algunos profesionales les podrían decir a las familias sin mala intención que se les pasará y que no necesitan tratamiento. Pero lo cierto es que el tratamiento es clave para reducir su ansiedad y evitar que se sigan retrasando académicamente y en su desarrollo social.

Signos de que un niño pudiera tener mutismo selectivo incluyen:

- Hablar naturalmente en casa, pero no hablar en absoluto (o solamente susurrar) en la escuela o cuando están en presencia de extraños.
- Parecer "apagados" o paralizados por el miedo cuando se espera que hablen.
- No poder hablar en presencia de otras personas, incluso con adultos conocidos.
- Utilizar gestos, expresiones faciales y asentir con la cabeza en vez de comunicarse de forma verbal.
- No poder usar comunicación no verbal fuera de casa.

¿Cómo se diagnostica el mutismo selectivo?

Un profesional de la salud mental descartará otras causas o trastornos con síntomas similares. Pedirán a padres y otros cuidadores del niño que describan cómo se comunica en casa y la escuela. Los problemas para hablar deben de haber estado presentes por lo menos durante un mes sin incluir el primer mes de escuela.

¿Quién puede tener mutismo selectivo?

Aproximadamente uno de cada 140 niños entre 3 y 8 años tienen mutismo selectivo. Por lo general, el MS aparece cuando los niños tienen 3 o 4 años, pero es posible que no se perciba como un problema sino hasta que comienzan a ir a la escuela. Cualquiera puede tenerlo, aunque es más común entre niños que hablan un segundo idioma. Ser bilingüe no causa mutismo selectivo, pero en el caso de niños que ya tienen un temperamento ansioso, la expectativa de comunicarse en dos idiomas puede ser un factor de riesgo adicional.



¿Cuál es el tratamiento para el mutismo selectivo?

Con la atención adecuada, el MS se puede tratar eficazmente. Los niños responden bien a la terapia conductual, que se enfoca en ayudarlos a aprender a hablar en entornos no habituales, cuando realizan actividades nuevas y con personas desconocidas.

- Nunca se debe forzar a hablar a un niño con mutismo selectivo, ni criticarlo por no hacerlo.
- Las técnicas de la terapia conductual los ayudan a hablar poco a poco y refuerzan los logros con reconocimientos y pequeños incentivos.
- Los cuidadores pueden aprender maneras específicas de alentar a los niños a hablar, y facilitar oportunidades para ayudarlos a crear experiencias del habla positivas.
- Es clave practicar situaciones del ámbito social y escolar tanto simuladas como de la vida real.
- Se suele recomendar el tratamiento grupal intensivo de comportamiento, en el que los niños participan en sesiones de un día o una semana.
- Los medicamentos pueden ser útiles en el caso de niños que no han tenido suficientes avances con la terapia.