

Fecha: 27-01-2026
 Medio: Diario Concepción
 Supl.: Diario Concepción
 Tipo: Noticia general
 Título: Salud mental ante desastres: niños y adolescentes tienen mayor vulnerabilidad y necesidades

Pág.: 10
 Cm2: 807,0
 VPE: \$ 969.976

Tiraje: 8.100
 Lectoría: 24.300
 Favorabilidad: No Definida

Natalia Quiero Sanz
 natalia.quierog@diarioconcepcion.cl

Tristeza, preocupación, temor, rabia, angustia, ansiedad o frustración son emociones que podrían estar experimentando de distintas formas quienes han sido víctimas de los incendios forestales. Son respuestas naturales y esperables para personas de todas las edades tras vivir eventos estresantes y potencialmente traumáticos como los desastres, pero hay casos con mayor fragilidad y riesgos de sufrir consecuencias más complejas.

Y niñeces y adolescentes son un grupo especialmente vulnerable, con respuestas y necesidades emocionales diferentes a los adultos que se deben reconocer y atender para evitar complicaciones presentes o futuras, sostiene el doctor Adolfo Espinoza, psiquiatra de niños y adolescentes del Centro Comunitario de Salud Mental (Cosam) Leonor Mascayano del Hospital Guillermo Grant Benavente (HGBB) y docente del Departamento de Psiquiatría y Salud Mental de la Universidad de Concepción (UdeC), uno de los profesionales que en este contexto se ha dispuesto a atender de forma gratuita a quienes lo requieran.

Dificultades y necesidades

El experto explica que, distinto a la adultez, niños y adolescentes están en diversas etapas de su desarrollo biológico, neurológico, emocional y social, lo que se puede traducir en mayor dificultad tanto para elaborar mentalmente y comprender estos eventos como en la gestión emocional para afrontar, y requerir más cercanía y acompañamiento con las figuras de cuidado.

Las mayores dificultades y consecuencias durante la niñez y adolescencia dependen de aspectos como la etapa de desarrollo y características o contextos individuales como rasgos de personalidad, situación social o situaciones que estaban viviendo antes de ocurrido el evento.

En este sentido aclara doctor Espinoza aclara que en niños más pequeños lo más desafinante es que tienen menos recursos verbales para expresar sus sentimientos y malestar emocional, que en algunos casos puede llevar a que se somaticen o expresen en síntomas físicos como dolores de estómago o cabeza, o cambios del comportamiento.

“En adolescentes, quienes están en plena etapa de búsqueda de autonomía, este tipo de eventos suele experimentarse como un retroceso. La sensación de pérdida de control y frustración



FOTO: ISIDORO VALENZUELA M.

MALESTAR EMOCIONAL Y ALTERACIONES PUEDEN DURAR SEMANAS

Salud mental ante desastres: niños y adolescentes tienen mayor vulnerabilidad y necesidades

Por estar en críticas etapas del desarrollo biológico y socioemocional es que en la niñez y adolescencia hay más dificultades para elaborar mentalmente los eventos y gestionar emocionalmente las vivencias a diferencia de personas adultas, lo que se traduce en particulares requerimientos y respuestas que deben atenderse de forma oportuna por las figuras de cuidado.

FRASE

“En contextos de desastres, niños y adolescentes necesitan sentir la existencia de vínculos seguros y disponibles, así como en la medida de lo posible contar con un entorno predecible en un escenario que puede ser caótico”.

Doctor Adolfo Espinoza, psiquiatra de niños y adolescentes del Cosam Leonor Mascayano y docente UdeC.

que conlleva puede llegar a expresarse en una aparente indiferencia que pudiera estar ocultando altos niveles de angustia, o en aislamiento o conductas de riesgo”, advierte.

Ante ello sostiene que “en contextos de desastres, niños y adolescentes necesitan sentir la existencia de vínculos seguros y disponibles, así como en la medida de lo posible contar con un entorno predecible en un escenario que puede ser caótico”. Por eso define como esencial que “existan adultos que puedan contener, acompañar y orientar durante este proceso”.

En esa línea releva que “es importante que se permitan los espacios para poder expresar lo vivido, a través del relato o en niños más pequeños mediante el dibujo o juego”. Estas instancias son valiosas para identificar inquietudes o necesidades, las que deben validarse y atenderse.

Cuando se plantean preguntas, algo completamente esperable, recomienda responder con lenguaje simple, claro y acorde a la edad e interrogante específica.

Al afrontar las preguntas y temática es crucial que sea desde una verdad que dé certezas y calma. La clave es no mentir ni

ilusionar sobre lo que sucederá, tampoco asustar, angustiar o agobiar más. Por ello llama a la cautela para no generar falsas expectativas sobre lo que se puede lograr en corto plazo, al tiempo de evitar la sobreexposición a información ligada al tema.

“Es fundamental asegurar rutinas básicas como alimentación, sueño, horarios y, cuando resulte posible, favorecer espacios de distensión. Por ejemplo, si el niño o adolescente participa de alguna actividad social o deportiva, hacer lo posible para que esta rutina también se mantenga”, añade.

Fecha: 27-01-2026
 Medio: Diario Concepción
 Supl.: Diario Concepción
 Tipo: Noticia general
 Título: Salud mental ante desastres: niños y adolescentes tienen mayor vulnerabilidad y necesidades

Pág. : 11
 Cm2: 485,4
 VPE: \$ 583.501

Tiraje: 8.100
 Lectoría: 24.300
 Favorabilidad:
 No Definida

Varios días o semanas se pueden prolongar las distintas respuestas emocionales, pudiendo haber fluctuaciones, pero lo esperable es que tiendan a desaparecer de forma paulatina, explica el psiquiatra de niños y adolescentes Adolfo Espinoza.

Aunque también aclara que, como pasa en los adultos, hay casos que se complicarán con manifestaciones que se intensificarán o prolongarán, y podrían gatillarse cuadros o trastornos mentales diversos como depresión o estrés posttraumático.

“No todos los niños y adolescentes desarrollan un trastorno mental tras un evento de tipo catastrófico: la gran mayoría presentará reacciones transitorias y logrará recuperarse recibiendo el apoyo necesario, por lo que el énfasis debe estar puesto en potenciar los factores protectores del niño o adolescente y su familia, recordando que contar con el espacio para ser escuchado y acompañado y las intervenciones oportunas hacen la diferencia”, manifiesta.

En este escenario hay una serie de señales de alerta que se deben observar para abordar de forma temprana y oportuna, facilitando una intervención más efectiva y mejor pronóstico, afirma.

Una primera señal de alerta es cuando los síntomas persisten o se intensifican e impactan en el desarrollo normal más allá de tres a cuatro semanas de ocurrido el evento traumático, en este caso el incendio.

Y hay una serie de manifestaciones más complejas que se pueden presentar tiempo después y deben alertar.

Al respecto menciona primero cambios importantes en patrones de sueño o alimentación.

También hay síntomas específicos relacionados a reexperimentar el evento, como pesadillas o recuerdos intrusivos o “flashbacks”. “En niños esto puede verse como juegos repetitivos relacionados al evento”, precisa.

Otra manifestación son estados de disociación o desconexión de la realidad, como experiencias de no reconocer el entorno o desrealización, o no reconocerse a sí mismo o despersonalización.

También llama a atender “aislamiento o retramiento marcado, manifestaciones regresivas importantes, o pérdida de interés notoria en actividades que normalmente producían bienestar”.

Por último advierte que es síntoma de alerta observar “altos niveles de angustia -que puede presentarse en forma de crisis-, miedo, irritabilidad, conductas

Respuestas: de lo esperable a las señales de alerta

FRASE

“No todos los niños y adolescentes desarrollan un trastorno mental tras un evento de tipo catastrófico: la gran mayoría presentará reacciones transitorias y logrará recuperarse recibiendo el apoyo necesario”.

Doctor Adolfo Espinoza, psiquiatra de niños y adolescentes del Cosam Leonor Mascayano y docente UdeC.

autolesivas o verbalización de ideas relacionadas con la muerte, la desesperanza o el suicidio”.

Atención especializada

Para apoyar en el actual escenario se han dispuesto distintos apoyos de profesionales del área de la salud mental, tanto para niños como adultos, ya sea desde instituciones públicas, casas de estudio, organizaciones y profesionales individuales, con despliegues tanto en terreno como en formatos online.

En este sentido existen esfuerzos desde unidades y especialistas de la UdeC. Y particularmente el doctor Espinoza dispone su atención gratuita para quien lo requiera, canalizando el contacto desde su correo adolfoespinoza90@gmail.com.

OPINIONES

X @MediosUdeC
 contacto@diarioconcepcion.cl

FOTO: ISIDORO VALENZUELA M.

