

C Columna

Cicatrices de guerra en la niñez

*Dr. Jaime Tapia Zapatero
 Presidente Sociedad de Pediatría de Concepción*



La Dra. Eglantyne Jebb, activista social británica, una de las más influyentes defensoras de los derechos de la infancia, sentenció: "Todas las guerras, justas o injustas, desastrosas o victoriosas, son guerras contra los niños", eradoras y guías turísticas.

Las guerras se rigen por el Derecho de los conflictos armados" (The Practical Guide to Humanitarian Law). Los niños están gravemente amenazados y se ven privados del disfrute de sus derechos fundamentales, a la vida, a su protección y libertad, a la comida y agua, a su educación y salud, a la unificación de sus familias, derechos que deben garantizarse y protegerse en todo momento, que las escuelas, los hospitales y otros edificios civiles no sean atacados ni como medio de guerra, ni como daño colateral (UNICEF, 2022).

Desde el 2014, un promedio de 10.500 niños son asesinados cada año (UNICEF, 2022). Uno de cada cinco menores en todo el mundo (aproximadamente 420 millones), viven en zonas de guerra. En los conflictos actuales, mueren cinco niños asesinados por cada soldado que fallece en combate, 41 países han sufrido más de cinco ataques a zonas escolares y más de la mitad de las escuelas en Siria están vacías o destruidas.

Desde Gaza hasta Ucrania, Rusia o Sudán, los efectos de la guerra no solo se reflejan en los escombros y des-

trucción, sino también por huellas profundas en el desarrollo físico, mental y social de niños, que pueden extenderse a lo largo de sus vidas, e incluso transmitirse a generaciones futuras. Hijos de personas que han sufrido conflictos armados tienen un mayor riesgo de desarrollar problemas de salud mental, incluso sin haber experimentado el conflicto de primera mano, por la transmisión del trauma, a través de patrones de crianza, estrés parental y factores genéticos o epigenéticos.

La exposición a experiencias traumáticas puede impactar de forma duradera en el desarrollo del sistema nervioso infantil. Acontecimientos dolorosos como la violencia, pérdida de seres queridos, destrucción de sus hogares o separación de sus familias, amigos y el sufrimiento humano de su entorno cercano, provocan reacciones de estrés agudo, como miedo, ansiedad, depresión y los trastornos de estrés postraumático (EPT), hasta en un 47 % de los niños expuestos a conflictos bélicos, que se presenta como pesadillas, flashbacks, y una sensación constante de peligro. No solo provoca angustia, síntomas ansiosos y depresivos, también puede afectar la capacidad para concentrarse, y generar cambios en el comportamiento, puede dejar una huella persistente, "programando" el cerebro para una mayor vulnerabilidad al estrés en la vida adulta.

La exposición prolongada

"La exposición prolongada a situaciones extremas puede afectar la mielinización - que protege los axones y optimiza la comunicación entre neuronas- y reduce la densidad sináptica, alterando la forma en que las células nerviosas se conectan entre sí. Una de las áreas cerebrales más afectadas es la amígdala, encargada de procesar el miedo, las emociones y regular las respuestas al estrés".

"Hacemos un llamado para visibilizar esta dura realidad, aunque distante de nuestras fronteras territoriales, nos golpea a diario con imágenes satelitales que nunca quisieramos vivir. Nuestros pediatras asociados, comprometidos con la protección de la niñez, adhieren al absoluto resguardo de cada uno de los derechos de la Infancia".

a situaciones extremas puede afectar la mielinización -que protege los axones y optimiza la comunicación entre neuronas- y reduce la densidad sináptica, alterando la forma en que las células nerviosas se conectan entre sí. Una de las áreas cerebrales

más afectadas es la amígdala, encargada de procesar el miedo, las emociones y regular las respuestas al estrés. Se agranda y vuelve hiperactiva, haciendo que los niños afectados reaccionen de forma más intensa y frecuente ante situaciones estresantes. Ade-

más el EPT impacta en el eje hipotálamo-hipofisario-adrenal, principal vía de control del estrés.

La exposición prolongada a tensión bélica, también aumenta la liberación crónica de cortisol, que es tóxica para el cerebro, y puede causar daños estructurales en el hipocampo -encargado de la memoria y de las emociones- y en la corteza prefrontal (responsable del pensamiento lógico, la toma de decisiones, los juicios de valor y el autocontrol). Niños expuestos a entornos de violencia extrema presentan una menor densidad de materia gris en regiones claves para el procesamiento cognitivo.

Secuestrados o reclutados por la fuerza, los niños pueden convertirse en niños soldados, "toda persona menor de dieciocho años que es o ha sido reclutada o utilizada por una fuerza armada o un grupo armado" (The Paris Principles, 2007). Los niños son obligados a «luchar en el frente, participar en misiones suicidas y actuar como espías, mensajeros o vigías» (Human Rights Watch, 2013). No solo eso, también pueden ser utilizados a la fuerza como cocineros, esclavos sexuales o terroristas suicidas (Office of the Special Representative of the Secretary General for Children and Armed Conflict).

Es fundamental minimizar la exposición de los niños a factores estresantes en esta etapa crítica del desarrollo. Tras un conflicto bélico, es crucial actuar de inmediato. Intervenciones como el acceso a entornos seguros, atención psicológica especializada y rehabilitación psicosocial ayudan a mitigar parte de estos efectos negativos. Invertir en el bienestar de los niños no solo es una cuestión de derechos humanos, sino una condición fundamental para construir sociedades más pacíficas y justas en el futuro.

Evitar que se produzcan conflictos armados es la acción preventiva más eficaz para garantizar una vida segura a todos los niños. Los Estados y la comunidad internacional deben, como prioridad absoluta, atender continuamente a las necesidades de los niños y a la protección de sus derechos humanos fundamentales. Supervisar de cerca a los niños en tiempos de conflicto para proporcionar una mejor respuesta y ayuda humanitaria (UNICEF, 2022). Colaborar con todas las partes en conflicto para desarrollar «planes de acción y proteger a los niños de forma sostenible» (UNICEF, 2022).

Hacemos un llamado para visibilizar esta dura realidad, aunque distante de nuestras fronteras territoriales, nos golpea a diario con imágenes satelitales que nunca quisieramos vivir. Nuestros pediatras asociados, comprometidos con la protección de la niñez, adhieren al absoluto resguardo de cada uno de los derechos de la Infancia. CG