



Comportamiento en niños preescolares: algunas dificultades



Entre los 3 y 6 años, los niños se desarrollan muy rápidamente en el lenguaje y el aprendizaje, con cambios muy importantes en su forma de pensar y la ampliación de su círculo social, entre otros.

¿Qué dificultades de comportamiento pueden tener los niños menores de 6 años?

En muchos casos es difícil distinguir **entre un comportamiento** [] y uno [] En ocasiones, cuando los niños no se comportan como se espera de ellos, los padres pueden sentirse culpables y pensar que todo se debe al estilo de educación.

Entre los problemas más frecuentes de los niños pequeños se encuentran la oposición para seguir las normas, los miedos excesivos y las dificultades con la alimentación y el control de esfínteres (dejar de hacerse pis o caca en el pañal, no orinarse por la noche, no tener pérdidas inesperadas, etc).

También pueden tener dificultades en las relaciones con los demás que, si se asocian a retraso en el desarrollo y en el lenguaje, habría que sospechar en un [trastorno del espectro autista](#)

¿Qué factores están asociados con las dificultades de comportamiento en los niños?

Los niños pequeños son más sensibles a los cambios ambientales, tanto positivos como negativos, que los niños mayores. Por ello, la etapa preescolar es un periodo de riesgo de situaciones de abuso o negligencia, pero también una **oportunidad para que se pueda mejorar, si se instauran cambios ambientales protectores** en el entorno.

Algunas situaciones pueden **influir en el comportamiento de los niños**:

- Factores **biológicos**: las alteraciones durante el embarazo y el parto (bajo peso, prematuridad, consumo de tabaco o alcohol de la madre durante el embarazo) y los antecedentes familiares de enfermedades mentales influyen en el comportamiento de los niños; también el temperamento propio del niño durante la etapa de lactante. Los niños tímidos o que tienen mucha ansiedad, por ejemplo, tienen más riesgo de desarrollar un trastorno depresivo y ansiedad, mientras que el temperamento [] (irritabilidad, dificultades de sueño y de alimentación) desarrolla con más frecuencia trastornos de déficit de atención e hiperactividad (TDAH) y negativistas - desafiantes.
- Factores **ambientales**: algunos de ellos son situaciones [] de la vida [] que la mayoría de los niños encajan con normalidad (nacimiento de un hermano, cambio de etapa escolar, reincorporación de la madre o cuidador principal a su trabajo, etc). Sin embargo, hay niños especialmente susceptibles, en los que estos cambios son suficientes para alterar su comportamiento. También hay niños con gran capacidad de adaptación, incluso ante situaciones graves (pérdida de un ser querido, presencia de una enfermedad propia o familiar, separación de los padres, etc).

Aunque la actitud de los padres es un muy importante, en ningún caso los padres son los [] absolutos de que el niño tenga problemas de conducta o ansiedad. Los esfuerzos de los profesionales deben ir dirigidos a enseñar a los padres qué les ocurre a sus hijos, por qué y qué pueden hacer para mejorarlo.

¿Cómo prevenir las dificultades de comportamiento?

Todas las intervenciones dirigidas a la detección temprana y la promoción de la salud en estas edades suponen una gran oportunidad para prevenir el desarrollo de patología mental en el futuro. El cuidado de las madres durante los embarazos, [las pautas de educación asertiva](#), una alimentación equilibrada y unas actividades saludables para el tiempo libre, por ejemplo, disminuyen el riesgo de que aparezca patología psíquica.

El **tipo de educación** es especialmente importante en niños vulnerables. No son recomendables los estilos excesivamente autoritarios (los padres marcan al detalle todas las actividades, corrigen los errores descalificando a los niños y dan demasiadas órdenes), ni los sobreprotectores (los padres consideran a sus hijos como seres débiles y les facilitan o protegen en exceso). Es mejor el [estilo de educación asertivo](#), caracterizado por la presencia de rutinas establecidas, normas y límites, pero impartidas con cariño, prestando y reforzando el comportamiento positivo de los niños, facilitando la comunicación e identificando las conductas inadecuadas.

¿Qué se puede hacer?

Hay muchos profesionales acostumbrados a trabajar con niños que pueden ayudar. Los pediatras y los profesionales de enfermería conocen de primera mano al niño y a la familia. También los profesores de guardería, de educación infantil y los equipos de orientación escolar pueden detectar dificultades y aconsejar remitir a los niños a especialistas en psiquiatría o psicología infantil.

¿Cómo se trata?

En general, **es recomendable comenzar por la psicoeducación**, es decir, que los cuidadores sepan por qué el niño se comporta de ese modo y qué pueden hacer para ayudarle. La **psicoterapia** se puede realizar en algunos casos directamente con el niño, pero los padres deben estar presentes siempre colaborando. El entrenamiento en técnicas de **relajación** adaptada a niños puede resultar efectivo en aquellos que hayan adquirido la capacidad suficiente para colaborar. El aprendizaje de **habilidades sociales**, preferentemente en grupo, puede ser muy útil en niños con dificultades para relacionarse.

Las **medicaciones** para reducir la ansiedad o mejorar la atención y la hiperactividad en general no están indicadas en menores de 6 años, ya que no hay evidencia científica de que sean efectivas en los niños pequeños. Sin embargo, en los casos más graves o en los que no funcionen las medidas psicoterapéuticas, se puede probar con algún fármaco, comenzando con dosis bajas y con controles frecuentes.

Artículo publicado el 11-10-2017, revisado por última vez el 10-10-2017

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/vida-sana/comportamiento-en-ninos-preescolares-algunas-dificultades>