

LA ANSIEDAD DE SEPARACIÓN

Psic. Marisela León

"Tras buscarlo por toda la casa, lo encontré llorando escondido bajo la mesa. Agarrado a una pata, se negaba rotundamente a ir al colegio. Tras intentar razonar con él, se puso en pie, y cuando parecía que iba a tener algún éxito, vomitó todo el desayuno y rompió de nuevo a llorar. Otro día más ganó él, y tuve que quedarme a su lado toda la mañana..."

El **trastorno por ansiedad de separación** es quizá el más frecuente de los que encontramos en la infancia. Los niños y niñas que lo padecen sufren terriblemente ante la posibilidad de tener que distanciarse de sus padres o cuidadores durante un cierto período de tiempo, además de preocuparse continuamente por cuestiones como dónde estarán o si les habrá ocurrido algo malo.

El miedo a la separación es algo **evolutivamente normal**. El hecho de que nos vinculemos con las personas más cercanas a nosotros desde que somos pequeños hace que aumenten considerablemente nuestras posibilidades de supervivencia. Sin embargo, si esta circunstancia se mantiene durante demasiado tiempo y además los propios padres no van permitiendo al pequeño que poco a poco vaya enfrentándose a la vida por sí mismo, puede suceder que el infante muestre dificultades en su crecimiento personal.

Este trastorno suele iniciarse **entre los 6 y los 9 años**, pudiendo producirse antes, y es bastante **más frecuente en niñas**. Además, cuenta con algunas peculiaridades, como el hecho de que se haya relacionado con la presencia de **agorafobia** en la edad adulta o que se plantee su influencia en la denominada "fobia escolar". De hecho, muchos autores consideran que, tal y como mostrábamos en el ejemplo de más arriba, una negativa a ir a la escuela suele producirse por el miedo del pequeño a separarse de sus padres. Sin embargo, otros tantos plantean que son las propias características del colegio (burlas de los compañeros, miedo a hablar en clase, preocupación por los exámenes...) las que provocan tal rechazo, por lo que hay discrepancias.

Es importante resaltar las quejas repetidas de síntomas físicos que suelen manifestar los niños que presentan el trastorno ante la anticipación de una futura separación. Así, no es de extrañar la aparición de dolores de cabeza, estómago o incluso de vómitos, como respuesta a la temida situación.

Entre las posibles causas que se barajan para la aparición del problema se encuentra un **exceso de sobreprotección** por parte de los padres, el haber sufrido **experiencias traumáticas de separación** (hospitalización, muerte de algún progenitor, hermano o familiar cercano...), **la sobreprotección de los padres** ante los acontecimientos a los que se enfrenta el niño sin permitirle que se enfrente por el mismo a esas experiencias o la **presencia del propio trastorno en los padres** de forma residual.

El tratamiento para el trastorno de la "ansiedad de separación" suele ser muy variado de acuerdo a la situación a la que se enfrente cada individuo, sin embargo hay solución a este tipo de manifestación.

Si desea obtener más información puede consultar la siguiente página.

http://www.somospsico.com/index.php?option=com_content&view=article&id=170:la-ansiedad-de-separacion&catid=11:infantil&Itemid=12 18/09/12