

ALOPECIA AREATA

Guia Para Padres

Cada niño y cada padre sobrelleva la alopecia areata diferentemente. No hay reglas y todos los días tienen diferentes desafíos. Niños que acaban de descubrir su primer área calva reaccionarán diferentemente de niños de la misma edad que han sufrido de alopecia toda su vida. La aparición repentina de esta condición puede ser espantoso para todos los interesados.

Y vivir por cualquier período de tiempo – sin importar si sea largo o corto – con pérdida de cabello impredecible presenta muchos desafíos.

Al mismo tiempo, los niños tratan de afirmar su independencia desde el primer paso que ellos toman hasta que salen del “nido”. Algunos de los desafíos que encontraras como padre de un niño con alopecia areata son relacionados a la alopecia y otros simplemente son parte del crecimiento del niño. Como saber la diferencia? Muchas veces no lo sabras, por lo tanto tienes que constantemente preguntarte preguntas y escucharte a ti mismo como padre.

Que debes de hacer? Primero, aprende todo lo que puedas de la alopecia. Segundo, contestale todas las preguntas a tu hijo/a honestamente y de forma directa. Tercero, siempre abraza a tu hijo/a y miralo a los ojos y dile que es bonito/a. Pero no te olvides de las reglas familiares; no permitas que la alopecia defina a tu hijo/a – o determine que tipo de padre tu eres.

Que es la alopecia areata?

Alopecia areata es una condición común que resulta en la pérdida de cabello del cuero cabelludo y del resto del cuerpo. Generalmente comienza con uno o dos áreas calvas circulares y lisas que pueden progresar a la pérdida total de pelo en todo el cuerpo. Esta pérdida de cabello puede revertirse una y otra vez. Puede pasarle

tanto a los hombres como a las mujeres de cualquier edad, pero la mayoría de las veces los niños son los que se ven más afectados.

Los niños reaccionan a la alopecia diferentemente que los adultos?

Un niño de 12 y una mujer de 40 pueden que compartan el echo de haber perdido el pelo, pero cada uno tiene diferentes perspectivas, formas de pensar, entornos sociales y experiencias emocionales.

La edad del niño con alopecia afecta como reaccione?

Si, el impacto de la pérdida de pelo es afectado dependiendo de la edad del niño.

Como los niños de menos de 5 reaccionan?

Muy poco, alopecia areata suele tener poco impacto si alguno, en niños de menos de 5. Pre-escolares están tan ocupados explorando su mundo, adquiriendo nuevas habilidades y ganando independencia que su apariencia es insignificante para ellos y sus pares. Su pérdida de cabello puede resultar en una anomalía interesante y nada más. Posiblemente sus pares no prestaran mucha atención a su diferencia.

Como los niños de 6 a 12 reaccionan?

Entre las edades de 6 a 12, los niños han interactuado con gente suficientemente para comprender que las experiencias y los puntos de vista del mundo difieren, y comienzan a darse cuenta que es importante prestar atención a lo que las otras personas piensan y sienten. Mientras esta habilidad de ver las cosas desde el punto de vista de otros ayuda a los niños a ser más comprensivos y considerados, también los hace más conscientes de sus diferencias. Niños en esta fase de su desarrollo tienden a preocuparse más por lo que los otros piensan de ellos, de como ellos se diferencian de otros y si otros están burlándose de ellos. Como los niños de esta edad son más conscientes de las diferencias individuales, desafortunadamente también

son más propensos a burlarse de aquellos que no encajan en su definición de lo que es normal.

Todo niño que tiene alopecia areata desde la infancia confronta nuevos problemas de adaptación. Sus contemporáneos juegan un papel más importante en sus vidas y por lo tanto el deceso de adaptarse y ser parte del grupo es más fuerte. Incluso niños con una autoestima y autoconcepto saludable se pueden sentir amenazados. Pero si el niño se siente bien sobre sí mismo y tiene por lo menos una habilidad en la que se destaque, hay probabilidades mayores de que sobrellevase con éxito las dificultades.

Como reaccionan los adolescentes?

Alopecia areata puede ser muy difícil para los adolescentes, cuando un niño entra en la adolescencia las inseguridades llegan a su momento crítico y de mayor intensidad. Los adolescentes han adquirido las habilidades cognitivas que les permiten pensar más introspectivamente. Su fuerte tendencia de analizarse a sí mismos se ve proyectada a otros al punto que sienten que se encuentran en un escenario, por lo tanto se creen que la más pequeña diferencia o defecto es notado por otros. También a menudo, los adolescentes quieren ser parte del grupo y por lo tanto evitar crítica pública o ridículo. Especialmente las chicas, una elegante peluca que se vea natural es muy importante. Para ambos, chicas y chicos, participar en diferentes actividades les ayuda en enfocarse menos en su apariencia y más en cosas de las cuales ellos tienen más control, como desarrollar habilidades académicas, música o deportes.

Como yo, como padre, supero el echo que mi hijo/a tenga alopecia areata?

Criar un niño con alopecia areata puede ser difícil. Los padres de niños con alopecia areata deben de tener en cuenta dos cosas: 1) los niños pueden ser muchos más resistente de lo que nos imaginamos y generalmente los niños son más optimísticos; no esperan ser ridiculizados

o rechazados porque no lo han sufrido o observado tanto como lo han echo los adultos. 2) Los niños siguen el ejemplo de los adultos de su mundo, especialmente de sus padres, y si los niños ven que su pérdida de pelo es motivo de ansiedad o tristeza en los adultos que lo rodean, ellos internalizaran esos sentimientos.

Esto no significa que usted debe reprimir o ignorar los sentimientos de pérdida, dolor o ira cuando este tratando de sobrellevar. Estos sentimientos son naturales y de esperar – junto con sentimientos desentendidos y equivocados de culpabilidad sobre de ser de alguna forma responsables por la pérdida de pelo de su hijo/a. Si lee el folleto de la NAAF en que los niños hablan de sus sentimientos, es obvio que no culpan a sus padres.

Pueden los niños cambiar como están sobrellevando la alopecia areata?

Cabe recordarles a los padres que, un niño de 10 que pareciese aceptar completamente su condición puede convertirse en un chico de 13 que es incapaz de sobrellevar la alopecia areata or de usar un peluca.

Que es lo más importante de tener en cuenta como padre?

Sea comprensivo y sensible, y escuche. Si usted hace esto, le será posible ver como los pensamientos de su hijo/a están afectando sus emociones, su comportamiento y sus relaciones con otros. Fortalecera su relación padre-hijo y lo ayudara a ser más eficaz como padre de un niño que está creciendo con necesidades, perspectivas, preocupaciones y ilusiones en constante evolución. Su hijo/a lo guiara en lo que deca hacer. Si su hijo/a quiere usar peluca se lo dejara saber. No obligue a su hijo/a hacer lo que usted deca. Ellos le dejaran saber lo que a ellos le hacen sentir más a gusto.

Lo más importante que usted puede hacer como padre es dejarles saber que son seres especiales y que ustedes los aman con o sin pelo.

