



POR QUÉ IMPORTA

Todas las personas tienen pensamientos, sentimientos y comportamientos (lo que conocemos como salud mental). Los bebés y los niños pequeños no son la excepción. Tener relaciones saludables y salud mental positivas en la primera infancia es fundamental para la salud de los niños y sus cuidadores. Generar conciencia sobre la importancia de la salud mental en la primera infancia y priorizar la salud mental de los niños pequeños y sus cuidadores produce efectos positivos en la comunidad.

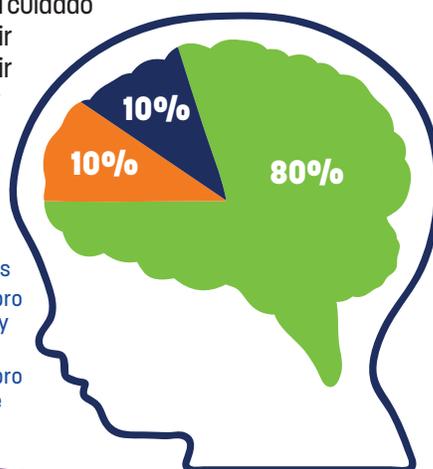
QUÉ DICE LA INVESTIGACIÓN

El tamaño del cerebro de un bebé se duplica en el primer año. A los 3 años, el cerebro de un niño crece hasta alrededor del 80% del tamaño que tendrá en la adultez, y, a los 5 años, habrá crecido hasta el 90% de su tamaño total.¹

Durante estos primeros años trascendentales, los bebés y los niños pequeños desarrollan rápidamente conexiones cerebrales, que se forman gracias a experiencias e interacciones positivas con sus cuidadores. Las relaciones saludables, receptivas y seguras con los adultos en sus vidas son fundamentales para el desarrollo del cerebro de los bebés y niños pequeños.

En un proceso conocido como "servir y devolver", los niños crean estas conexiones cerebrales fundamentales cuando los adultos a su alrededor responden a sus invitaciones para interactuar, ya sea en forma de llantos, juegos o canciones. Cuando los adultos responden a estos comportamientos de forma sensible y receptiva, se forman circuitos cerebrales saludables y se crea la base de las relaciones saludables, lo cual beneficia tanto al adulto como al niño.²

La investigación muestra que el cuidado infantil de calidad hace que el cerebro se desarrolle de forma más saludable, mejora el bienestar emocional y genera menos comportamientos desafiantes. Además, en un estudio reciente, se descubrió que el cuidado infantil de calidad en centros a partir de los dos años puede producir beneficios académicos sólidos y sostenidos en la escuela primaria.³



El 80% del desarrollo del cerebro se produce entre los 0 y los 3 años

El 10% del desarrollo del cerebro se produce entre los 4 y los 5 años

El 10% del desarrollo del cerebro se produce después de los 5 años

QUÉ ESTÁ SUCEDIENDO EN WISCONSIN

La Wisconsin Alliance for Infant Mental Health (Alianza de Wisconsin para la Salud Mental Infantil, WI-AIMH) trabaja para promover la salud mental infantil y apoyar a todos los profesionales que cuidan a nuestros niños más pequeños. La WI-AIMH trabaja para llegar a todos los sectores de cuidado temprano, incluso pediatras, cuidado infantil, Head Start, visitas a domicilio y bienestar infantil. Tiene varios proyectos en todo el estado, que incluyen **Healthy Minds Healthy Children (Mentes Saludables, Niños Saludables)**, el Infant and Early Childhood Mental Health Consultation Program (Programa de Consulta de Salud Mental Infantil y de la Primera Infancia) del estado, y programas de capacitación que les enseñan a los cuidadores el desarrollo social y emocional de los bebés y niños pequeños.

El **Wisconsin Child Psychiatry Consultation Program** (Programa de Consulta de Psiquiatría Infantil, CPCP) de Wisconsin, coordinado por el Department of Health Services (Departamento de Servicios de Salud) del estado, brinda apoyo de consulta, educación y remisión a proveedores de atención primaria, incluso a pediatras que atienden a niños entre los 0 y los 5 años.

UW-Madison ofrece un **programa de certificación superior sobre Infant, Early Childhood and Family Mental Health (Salud Mental Infantil, de la Primera Infancia y Familiar)**. Es un programa académico intensivo destinado a capacitar a los profesionales, lo cual ayuda a abordar la escasez de trabajadores especializados en la salud mental de los jóvenes.





QUÉ PUEDE AYUDAR

Las Infant and Early Childhood Mental Health Consultation (consultas de salud mental infantil y de la primera infancia, IECMHC) es una estrategia de prevención que promueve la competencia social y emocional y la salud mental de bebés, niños pequeños y sus cuidadores. Las IECMHC pueden ser particularmente útiles en la capacitación de los early care educators (educadores de cuidado temprano, ECE) sobre cómo responder a comportamientos desafiantes y controlar a la clase.

La salud mental de los cuidadores, ya sean familiares o profesionales, afecta la salud mental de los niños. El abordaje de la salud mental de los cuidadores es un paso fundamental para ayudar a la salud mental de los niños.

Si bien hay estudios en los que se demuestra que las IECMHC son eficaces a la hora de promover la salud mental tanto de los niños como de sus cuidadores, la mayoría de los ECE profesionales encuestados durante la pandemia no tenía conocimientos sobre estos servicios de consultas o no tenía acceso a estos.⁴

La WI-AIMH está trabajando para expandir el acceso a las consultas a través del sector de cuidado infantil de Wisconsin y más allá, con el objetivo de que las personas que trabajan con bebés, niños pequeños y familias puedan acceder a consultas. La expansión de las consultas a los profesionales en otros sectores es fundamental para ampliar la implementación y mejorar el bienestar infantil en todo el estado.

REFERENCIAS

¹ Lebel et al. NeuroImage, vol. 40(3). Abril de 2008. Microstructural maturation of the human brain from childhood to adulthood. doi: <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2007.12.053>.

² Centro de Desarrollo Infantil de la Universidad de Harvard. A Guide to Serve and Return: How Your Interaction with Children Can Build Brains. Obtenido en: <https://developingchild.harvard.edu/guide/a-guide-to-serve-and-return-how-your-interaction-with-children-can-build-brains/>.

³ Horm, et al. 2022. "Kindergarten through Grade 3 Outcomes Associated with Participation in High-Quality Early Care and Education: A RCT Follow-Up Study", Education Sciences 12, n.º 12: 908. <https://doi.org/10.3390/educsc12120908>.

⁴ Datos de Yale-CARES informados en Examining the Mental Health of Early Childhood Professionals and Children Early in the Pandemic. Mayo de 2023. Obtenido en: https://childandfamilysuccess.asu.edu/sites/default/files/2023-05/mh-report_051623.pdf

QUÉ PODEMOS HACER

➔ PADRES Y CUIDADORES:

- Explorar el mundo emocional de los bebés y los niños pequeños en [The Power of Connection \(El poder de la conexión\)](#).
- Utilizar técnicas de "servir y devolver" para desarrollar el cerebro de su hijo y establecer una conexión segura.
- Priorizar la formación de una relación saludable con su hijo.
- Apoyar la salud mental de los cuidadores de su hijo y la suya.

➔ PROFESIONALES DE LA PRIMERA INFANCIA:

- Capacitar al personal y a los padres sobre la salud mental infantil.
- Incorporar técnicas de relación saludable y habilidades emocionales sociales en la cultura del cuidado temprano.
- Obtener más información sobre las IECMHC y [Healthy Minds Healthy Children \(Mentes Saludables, Niños Saludables\)](#) de la WI-AIMH.
- Promover el conocimiento de las nociones básicas de salud mental del personal y apoyarlo en sus propias habilidades de afrontamiento y autocuidado.
- Buscar oportunidades para recibir supervisión reflexiva.
- Considerar obtener un respaldo de salud mental infantil o de la primera infancia.

➔ LEGISLADORES:

- Brindar inversiones a largo plazo para las consultas de salud mental infantil y de la primera infancia en los diferentes sectores.
- Brindar inversiones a largo plazo para Child Care Counts (El cuidado infantil importa).
- Aumentar el financiamiento estatal para el programa Birth to 3 (Del Nacimiento a los 3) con el fin de apoyar el acceso a la intervención temprana para niños con discapacidades o retrasos en el desarrollo.
- Financiar programas de contratación y retención para fortalecer el desarrollo de la fuerza laboral de ECE. Brindar una reducción de las deudas estudiantiles para los ECE profesionales.
- Asegurarse de que todas las compañías aseguradoras brinden cobertura posparto durante 12 meses.
- Aumentar los pagos al seguro privado y Medicaid para los servicios de salud mental de la primera infancia.
- Garantizar el uso de herramientas de diagnóstico adecuadas a la hora de evaluar la salud mental de los bebés y niños pequeños.
- Apoyar programas de visitas a domicilio basados en pruebas.

➔ PROVEEDORES Y PEDIATRAS:

- Compartirles a los padres cómo crear entornos saludables para el desarrollo emocional.
- Considerar más capacitación y certificaciones en salud mental de bebés y niños pequeños.
- Explorar oportunidades como el [Pediatric Mental Health Care Access and Education Program \(Programa de Acceso y Educación para la Atención de Salud Mental Pediátrica\)](#) a través del Department of Health Services (Departamento de Servicios de Salud) para financiar la integración de la salud conductual.