

A group of children are shown blowing bubbles. One girl in the foreground is smiling and blowing a bubble with a red ring. Other children are visible in the background, also engaged in the activity. The scene is outdoors and appears to be a fun, social gathering.

¿Qué son las Experiencias infantiles adversas (ACE, por sus siglas en inglés) y por qué son importantes?

Las Experiencias infantiles adversas (ACE) son sucesos estresantes que ocurren en la vida de un niño o un adolescente. Son muy comunes y la mayoría de los estadounidenses han experimentado por lo menos una experiencia adversa. Una ACE puede ocurrirle a cualquiera y podría tener efectos duraderos en la salud.

Tipos de ACE

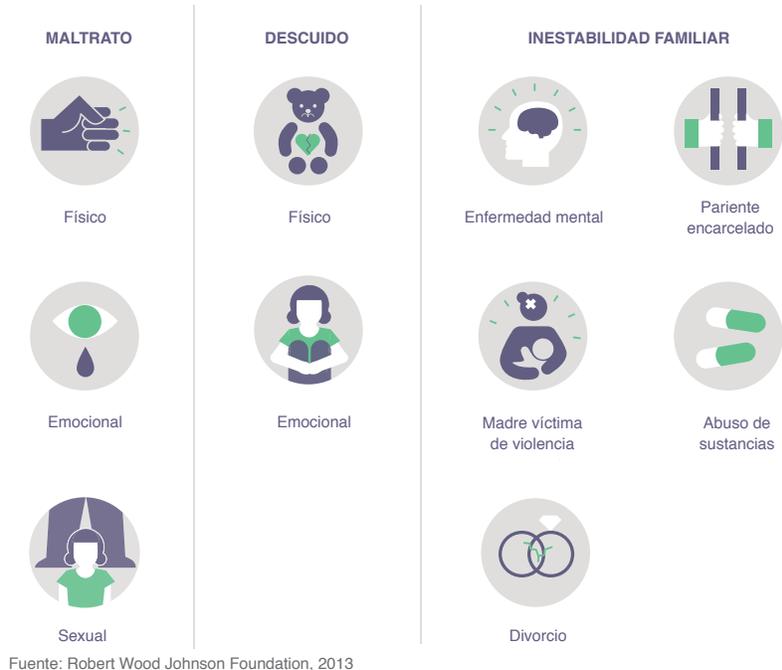
Algunas de las ACE resultan del maltrato, el descuido y otros sucesos estresantes como un divorcio, el abuso de sustancias por alguno de los padres o ser testigos de violencia doméstica. A continuación, figuran 10 experiencias infantiles adversas que están relacionadas con la salud actual y futura de un niño. Otros tipos de dificultades, como la violencia en la comunidad, el acoso en la escuela y la pobreza, también pueden ocasionar problemas de salud si la persona no cuenta con el apoyo adecuado.

La exposición a las ACE puede ser perjudicial

Los niños tienen experiencias buenas y malas y ambas pueden influir en su salud. La ciencia ha demostrado que las experiencias negativas pueden tener efectos de larga duración, tanto en el cerebro como en el cuerpo de un niño. El estrés ocasionado por una ACE es diferente del estrés de todos los días que viven los niños. Este tipo de estrés puede llevar a problemas de salud como asma, diabetes y enfermedad cardíaca. Asimismo, puede afectar el comportamiento, el aprendizaje y la salud mental.

¿Qué significan las ACE para usted y su niño?

Un número más elevado de experiencias infantiles adversas puede significar un riesgo más alto de sufrir problemas de salud. Es posible que el profesional de atención primaria que trata a su hijo le haga preguntas acerca de las ACE de su niño. Este profesional puede utilizar esa información para guiar las decisiones médicas, mejorar los cuidados para su niño y poner a los padres en contacto con servicios útiles.



Lo positivo

Las ACE aumentan el riesgo, pero no necesariamente tienen que causar problemas de salud. Cuando los adultos se ocupan de los niños y les ofrecen apoyo constante, ellos se sienten seguros y protegidos. Confían en sus cuidadores quienes satisfacen sus necesidades y les dan amor. Esta sensación de seguridad es positiva para el cerebro y el cuerpo de los niños. Otros factores positivos para su hijo relacionados con el estilo de vida son: una alimentación saludable, ejercicio regular, poder dormir bien, concentrarse en el momento presente y recibir apoyo de salud mental, cuando sea necesario. En conjunto, todos estos elementos importantes pueden contribuir a reducir la respuesta al estrés y disminuir los posibles efectos negativos de las experiencias infantiles adversas.

FUENTES DE CONSULTADAS

Bucci, M., Marques, S. S., Oh, D., & Burke Harris, N. (2016). Toxic stress in children and adolescents. *Advances in Pediatrics*, 63(1), 403–428.

Center on the Developing Child at Harvard University. (2014). A decade of science informing policy: The story of the National Scientific Council on the Developing Child. Consultado en: <https://developingchild.harvard.edu/resources/decade-science-informing-policy-story-national-scientific-council-developing-child>

Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, B., Koss, M. P., & Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American Journal of Preventive Medicine*, 14(4), 245–258.

Finkelhor, D., Shattuck, A., Turner, H., & Hamby, S. (2015). A revised inventory of Adverse Childhood Experiences. *Child Abuse & Neglect*, 48, 13–21.

Gilbert, L. K., Breiding, M. J., Merrick, M. T., Thompson, W. W., Ford, D. C., Dhingra, S. S., & Parks, S. E. (2015). Childhood adversity and adult chronic disease: An update from ten states and the District of Columbia, 2010. *American Journal of Preventive Medicine*, 48(3), 345–349.

