

Momentum

Cómo lidiar con la discapacidad del desarrollo de un niño



Programa de Asistencia al Empleado

1-800-356-7089

Para Usuarios del TTY: 1-800-456-4006

Importancia de la salud de un cuidador

- ✓ Si un adulto no practica buen cuidado de sí mismo, es posible que sufra enfermedades crónicas de la salud, aislamiento social y depresión. Esto impacta de manera adversa en el niño con una discapacidad del desarrollo.
- ✓ El manejo del estrés es una necesidad. Tómese descansos del cuidado del niño para rejuvenecerse. Mantenga sus intereses personales, pasatiempos y amistades; busque el equilibrio. Adopte técnicas de manejo del estrés.
- ✓ No ignore su salud física y mental. Obtenga atención médica cuando la necesite. Coma una dieta equilibrada, y haga ejercicio regular para eliminar el estrés.

¿Qué son las discapacidades del desarrollo?

Enterarse de que su hijo tiene una discapacidad del desarrollo es una revelación que cambia la vida. Usted puede experimentar desafíos y triunfos que nunca pudo haberse imaginado. Además de conocer todo lo que puede acerca de la condición de su hijo, también es vital cuidarse muy bien a sí mismo y pedir ayuda a la familia, amigos y profesionales.

El término “discapacidad del desarrollo” se refiere a deficiencias en el funcionamiento físico, aprendizaje, lenguaje o conducta de un niño. Estas condiciones comienzan en el nacimiento o durante la infancia. Limitan el funcionamiento de un niño en las principales actividades cotidianas, y generalmente duran toda la vida. Los tipos de tales discapacidades incluyen:

- Trastornos del espectro autista
- Síndrome de Down
- Trastornos del lenguaje y del aprendizaje
- Parálisis cerebral
- Trastornos de alcoholismo fetal
- Distrofia muscular
- Discapacidades conductuales como ADHD
- Discapacidad de la visión o audición

Si le preocupa que su hijo no haya estado logrando ciertos hitos del desarrollo, hable con el pediatra de su hijo. Coordine para que le realicen una evaluación integral de su hijo. La identificación temprana puede tener un impacto significativo en el desarrollo de un niño.

Aproveche todas las terapias, servicios y apoyos que su hijo pueda necesitar, y comuníquese con su programa para obtener asistencia.

Dependiendo de la discapacidad física de su hijo, los tratamientos pueden incluir terapia física, del habla y ocupacional, más apoyos conductuales. Trabaje con el sistema escolar, agencias y proveedores para coordinar los servicios que su hijo necesita.



¡Inicie sesión en MagellanHealth.com/member hoy!

Magellan
HEALTHCARESM

Cómo las necesidades especiales de un niño pueden impactar en la familia

Existen algunos desafíos comunes para las familias que tienen niños con discapacidades del desarrollo.

- Los padres pueden esforzarse por equilibrar sus propias vidas a la vez que coordinan un conjunto completo de servicios que el niño necesita. Los padres de niños con discapacidades del desarrollo sufren depresión y ansiedad con más frecuencia que los padres cuyos hijos no tienen discapacidades.
- La familia puede sentir presiones financieras. Aunque los distritos escolares públicos brindan servicios educativos a niños discapacitados sin costo, con frecuencia hay otros gastos que las familias deben cubrir. Estos incluyen costos de desembolso directo para atención médica, atención del niño y diversas terapias de apoyo.
- El tiempo y la energía requeridos para que los padres cuiden a un niño discapacitado pueden impactar sobre otros niños en el hogar. En algunos casos, se puede desarrollar resentimiento y celos si el niño con discapacidades parece necesitar mucha atención de los padres.
- Los efectos acumulados de los desafíos enumerados antes pueden dañar la salud y bienestar del niño con una discapacidad del desarrollo.
- Los padres deben tener acceso a atención de relevo, asesoramiento, y servicios comunitarios disponibles.

Fuente: *Maternal and Child Health Journal*.

Consejos para los cuidadores



Sincronización con la escuela

Mantenga comunicación frecuente con los profesores y terapeutas de su hijo. Entérese de qué destrezas está aprendiendo su hijo en la escuela, y busque maneras para que su hijo use esas destrezas en el hogar y en situaciones sociales. Si su hijo no parece estar progresando, analice esto con los profesores.



Únase a un grupo de apoyo

Existen grupos de apoyo para padres y hermanos (en persona o en línea) que se centran en cada tipo específico de la discapacidad del niño. Además de compartir ideas sobre cómo trabajar mejor con las escuelas y terapeutas, un grupo de apoyo puede ayudar a combatir el aislamiento y temor que pueda experimentar como cuidador.



Disfrute los pequeños éxitos

Independientemente de cómo marchen las cosas, pase tiempo con su hijo haciendo cosas que el niño disfruta hacer. Desarrolle un sentimiento de éxito elogiando sus esfuerzos y brindando recompensas especiales cuando tengan éxito. Esto puede ayudar a compensar los días cuando las cosas no salen bien.



Seminario en la Web—Acompáñenos el miércoles 13 de abril para un seminario por Internet esclarecedor. ¿Su hijo está seguro en la Internet? Registrarse [aquí](#).