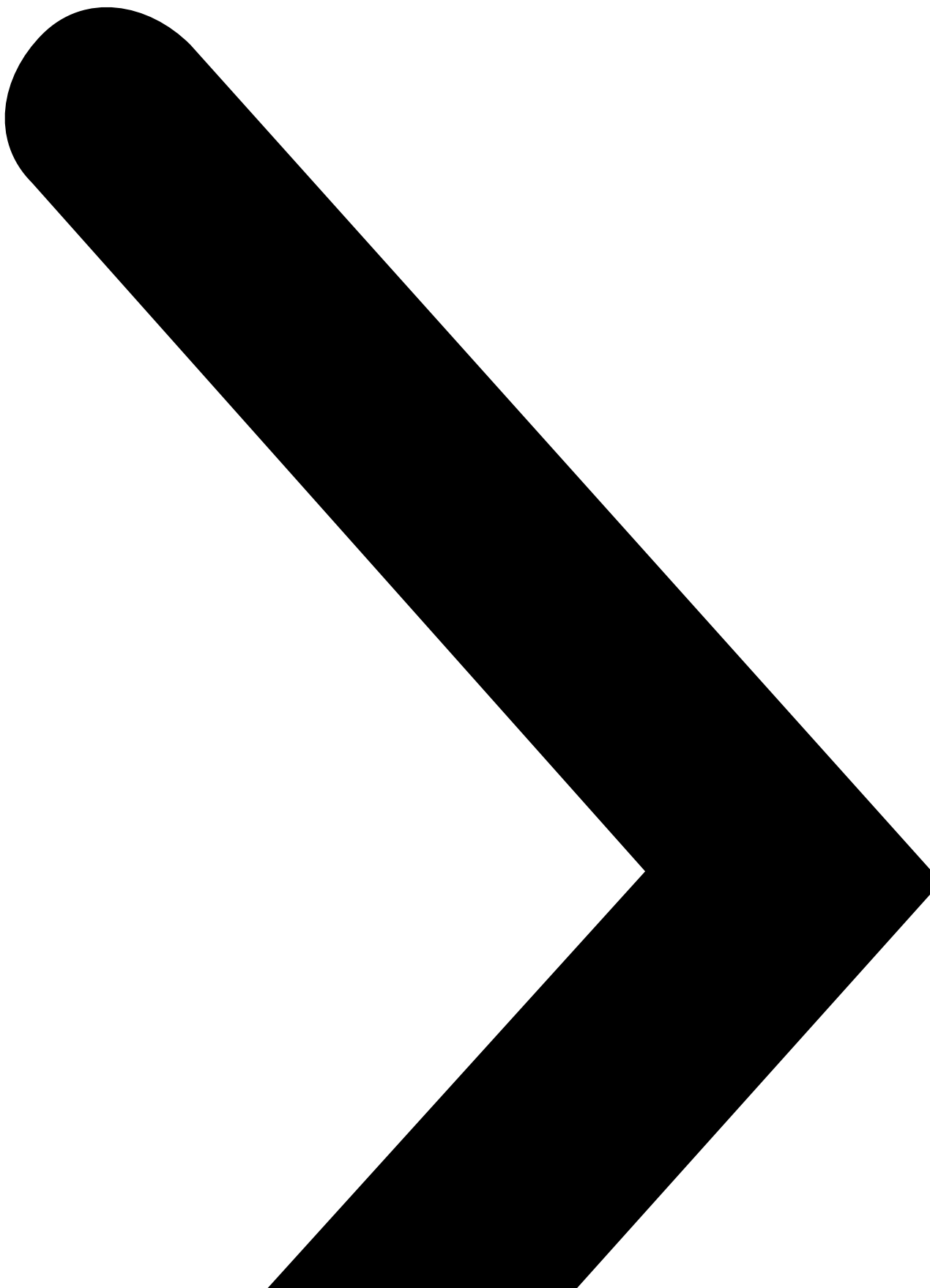
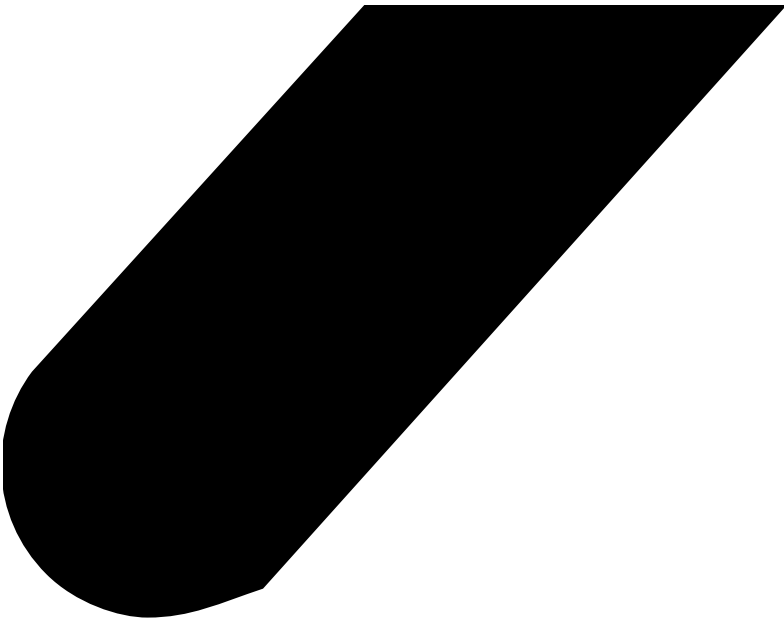


Guía completa sobre el mutismo selectivo

childmind.org/es/guia/guia-para-padres-sobre-mutismo-selectivo

[Centro de recursos para las familias](#)





Guides

Los niños con mutismo selectivo (SM, por sus siglas en inglés) son habladores en el hogar pero no pueden hablar en entornos públicos, inclusive en la escuela. Esta guía es para padres y maestros que tienen dudas sobre si un niño en particular tiene SM o que se preguntan cómo ayudar a los niños que tienen mutismo selectivo a encontrar su voz.

Los niños con mutismo selectivo (SM, por sus siglas en inglés) son habladores en el hogar pero no pueden hablar en entornos públicos, inclusive en la escuela. Esta guía es para padres y maestros que tienen dudas sobre si un niño en particular tiene SM o que se preguntan cómo ayudar a los niños que tienen mutismo selectivo a encontrar su voz.

¿Qué es el Mutismo Selectivo?

Cuando los niños no pueden hablar con ciertas personas o en ciertos entornos, puede que tengan un trastorno de ansiedad llamado mutismo selectivo (SM). Es común que los niños con SM sean muy habladores en el hogar con la familia, pero silenciosos en la escuela. Generalmente, los padres comienzan a notar señales de SM cuando el niño tiene tres o cuatro años. Es posible que el trastorno no se diagnostique hasta que el niño no esté en edad escolar, cuando sus problemas para hablar se vuelven más evidentes.

Un niño con SM podría durar un año o más en un salón de clases sin hablar una sola vez con sus maestros, consejeros o compañeros. Por lo general, los niños con SM son moderados y educados en el aula, por lo que su silencio puede malinterpretarse como timidez y nunca se aborda como una posible barrera para su aprendizaje. Además, los pediatras pueden decirles a los padres que la “timidez” pasará, lo cual disuade a los familiares evitando que busquen tratamiento.

El mutismo selectivo puede causar una disfunción significativa en la vida de un

niño. Puede interferir con el rendimiento de los niños en la escuela, tanto académica como socialmente. Puede evitar que los niños pidan ayuda cuando la necesitan, como decirle al maestro que necesitan usar el baño. Y puede evitar que los niños participen en muchas actividades divertidas que requieren comunicación verbal, inclusive las citas para jugar. La buena noticia es que con la ayuda adecuada, los niños con SM pueden mejorar.

Señales de Mutismo Selectivo

- Hablar libremente en casa, pero volverse completa o parcialmente no verbal en la escuela o alrededor de extraños
- Incapacidad para hablar incluso con adultos conocidos (como los padres) en presencia de otras personas
- Dificultad para hablar con sus compañeros en la escuela
- Parecer estar “cerrado” o “paralizado” en situaciones sociales
- Uso de gestos, expresiones faciales y movimientos de la cabeza, en lugar de comunicación verbal

Disipando los mitos

El mutismo selectivo es relativamente raro, por lo que las personas, incluso los pediatras u otros especialistas, podrían no reconocerlo de inmediato o confundirlo con autismo o con un trastorno de la comunicación. Las personas también pueden pensar erróneamente que un niño no está hablando porque está siendo obstinado u opositor.

En realidad, los niños con SM están extremadamente ansiosos y no pueden hablar, incluso cuando lo desean. En otras palabras, un niño con SM no puede hablar, no es que se niegue a hablar.

También existe la creencia errónea de que los niños que no pueden hablar en algunos entornos han quedado traumatizados. De hecho, los niños que se vuelven mudos después de una experiencia traumática generalmente son mudos en todas las situaciones, no en entornos sociales específicos, como es el caso de SM.

Por último, no es inusual que los familiares piensen que un niño con SM es “simplemente tímido”, y que cuando crezca “se le pasará”. Sin embargo, estos niños son mucho más que tímidos: están congelados por la ansiedad. Cuanto más tiempo un niño permanezca sin hablar en ciertos entornos, más se perderá y más difícil será tratar el problema.

Tratamiento

La buena noticia es que el mutismo selectivo es muy tratable con la atención adecuada. Los niños con SM responden mejor a la terapia conductual que se centra en ayudarlos a aprender a hablar en entornos nuevos, durante actividades nuevas y con personas nuevas.

Si le preocupa que su hijo pueda tener mutismo selectivo, debe obtener una evaluación integral que establezca un diagnóstico. La evaluación debe examinar específicamente las circunstancias en las que su hijo es verbal y no verbal, y si puede tener condiciones concurrentes (como otros trastornos de ansiedad). La evaluación también descartará otros diagnósticos, tales como el trastorno de la comunicación o del lenguaje, que también podrían estar causando problemas del habla.

Encontrar el equipo de tratamiento adecuado

Los niños con SM nunca deberían ser obligados a hablar. El ritmo del tratamiento debe ser gradual y no se debe pedir a los niños que hagan algo que sea demasiado difícil para ellos. En vez de eso, el tratamiento debe seguir técnicas especializadas de terapia conductual que estimulen el habla y luego refuercen las experiencias exitosas de expresión oral con muchos elogios etiquetados y pequeños incentivos. Esta progresión cuidadosa ayuda a los niños a ganar confianza y los prepara para experiencias que se vuelven cada vez más desafiantes.

El tratamiento conductual intensivo, como el programa Brave BuddiesSM (Amigos Valientes), ha demostrado ser muy exitoso en el tratamiento de SM. En vez de reunirse con los médicos durante una hora a la semana, los niños en tratamiento grupal intensivo pueden participar en sesiones de un día completo o de una semana completa. Este enfoque concentrado ayuda a impulsar el tratamiento al brindarles a los niños mayores ganancias y más inmediatas.

Tratamiento que avanza hacia el mundo real

Para que un programa de tratamiento sea efectivo, los niños deben aprender a hablar en situaciones cotidianas; no sólo en el consultorio del médico. Esto significa que los médicos deben modelar el tratamiento en entornos y situaciones de la vida real. Por ejemplo, debido a que los niños con mutismo selectivo suelen tener dificultades para hablar en la escuela, el programa grupal Brave BuddiesSM se lleva a cabo en un aula simulada y sigue un día escolar típico, con actividades como una reunión matutina, exposición oral y merienda.

Esto ayuda a que los niños se lleven con ellos las habilidades de oratoria que están desarrollando, cuando regresen a su salón de clases real. Durante el tratamiento, las “excursiones” a lugares como el parque o la heladería también

son importantes porque ayudan a los niños a practicar hablando en situaciones de la vida real, donde normalmente se mantendrían en silencio.

Aprendiendo a lidiar con la ansiedad

Es importante que todas las personas en la vida del niño participen en el tratamiento, porque el SM es un trastorno al que otras personas tienden a adaptarse, lo que en realidad puede hacer que el SM sea más difícil de tratar. Por ejemplo, si sabe que su hijo se pone ansioso al ordenar en un restaurante, es posible que usted automáticamente responda cuando el camarero le pregunte a él qué quiere comer. Si bien su intención es disminuir la ansiedad de su hijo, este patrón de “rescate” sólo refuerza la probabilidad de que el niño continúe callado entre los camareros.

En lugar de “rescatar” a los niños de su ansiedad, los padres y las personas que los cuidan pueden ayudarlos a aprender a sobrellevar la situación como parte de su programa de tratamiento. El médico de su hijo debe proporcionar buenas estrategias y consejos para hacerlo. Aunque pueda que su ansiedad no disminuya por completo, su capacidad para tolerar su angustia aumentará.

La práctica es clave

Los niños con SM obtienen demasiada práctica en no hablar. Piense en cuántas veces al día se le hacen preguntas a su hijo en la escuela que él no responde. El tratamiento ayuda a revertir esto al darles a los niños la experiencia de hablar en situaciones en las que se sienten ansiosos. Como los niños pasan más tiempo en casa que trabajando con un médico, los padres son una parte vital del tratamiento. Los médicos deben enseñar a los padres cómo reforzar las habilidades que los niños están aprendiendo en la terapia. Los padres deben aprender maneras específicas de alentar el habla, y buscar oportunidades para ayudar a los niños a continuar desarrollando experiencias de conversación positivas, tanto como le sea posible.

Trabajando con la escuela

Como parte de un programa de tratamiento integral, es extremadamente importante que la escuela del niño participe en el tratamiento. Con frecuencia, el primer paso es ayudar a los maestros y administradores de la escuela a comprender el mutismo selectivo. Muchos educadores no han oído hablar del trastorno, y el silencio de un niño se puede confundir con la falta de comprensión o de habilidad, terquedad o incluso con el comportamiento oposicional. Y al igual que los padres, los maestros pueden adaptarse al silencio del niño o acostumbrarse a que otros niños respondan por él, lo que no le ayudará a mejorar.

Los maestros deben entender qué es el mutismo selectivo y capacitarse en las habilidades y estrategias que ayudan a los niños con SM a hablar. El médico de su hijo debe poder brindarle consejos específicos sobre la mejor manera de trabajar con la escuela. Los médicos del Child Mind Institute siempre colaboran con los maestros, brindan capacitación y ofrecen estrategias específicas para usar en el aula. Los niños con SM también pueden calificar para acomodaciones bajo la Sección 504 o ser elegibles para servicios escolares especiales bajo un Plan de Educación Individualizada (IEP, por sus siglas en inglés).

Medicamentos

El tratamiento conductual es el método estándar para tratar el mutismo selectivo, pero los medicamentos pueden ser útiles para los niños con el trastorno, a quienes la terapia sola no les está reportando suficientes beneficios. Los padres deben esperar ver resultados relativamente rápidos de la terapia de comportamiento. Si después de un mes el niño no mejora, los padres deberán consultar con un psiquiatra de niños y adolescentes que pueda recetar medicamentos.

Lo más común es que un psiquiatra de niños y adolescentes use un tipo de medicamento antidepresivo. Los ISRS (o inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina) son medicamentos antidepresivos, muy efectivos para los trastornos de ansiedad como SM. A diferencia de los medicamentos contra la ansiedad de acción rápida, los ISRS tardan varias semanas en trabajar y ayudan a que los niños se vuelvan menos inhibidos y más capaces de participar en la terapia a largo plazo.

Es posible que se requiera que los niños los tomen hasta por 9 a 12 meses para que experimenten el beneficio completo. Si a su hijo le recetan medicamentos, asegúrese de que su terapeuta esté en estrecha comunicación con el médico que lo recetó para que puedan coordinar el tratamiento y monitorear cómo el niño está respondiendo. El médico que prescribe debe ser preferiblemente un psiquiatra de niños y adolescentes que esté familiarizado y tenga experiencia en el tratamiento de niños con SM.

Consejos para ayudar a los niños a hablar

Espera 5 segundos: a menudo no les damos tiempo suficiente a los niños para responder. Esperar cinco segundos sin repetir la pregunta ni dejar que alguien responda por el niño es una buena regla general. Esto también ayuda a los niños a aprender a tolerar su ansiedad.

Use elogios etiquetados: en lugar de simplemente decir “¡Buen trabajo!”, sea específico: “¡Excelente trabajo el decirnos que quieres jugo!” De esta forma, los niños saben exactamente por qué los elogian y se sienten motivados para seguir

haciéndolo.

Reformule su pregunta: en lugar de hacer preguntas que pueden responderse con un sí o un no o, más a menudo, asintiendo o negando con la cabeza, formule una pregunta que incremente la probabilidad de generar una respuesta verbal. Intente darle opciones (“¿Quieres una pegatina de perrito o una pegatina de estrella?”) O trate de hacer más preguntas abiertas (“¿Qué deberíamos jugar ahora?”).

Practique hacerle eco: repita o parafrasee lo que dice la niña. Esto la fortalece y le hace saber que ella ha sido escuchada y entendida. Para los niños que hablan en voz muy baja, repetir lo que dicen también les ayuda a participar en grupos más grandes.

Sea como un narrador de deportes: haga un repaso paso a paso de lo que hace el niño: “Estás dibujando una flor” o “Veo que estás señalando la imagen en el libro”. Esto ayuda a expresar interés en lo que el niño está haciendo y es una buena técnica a la cual recurrir cuando el niño no está verbalizando.

Ayudando a niños mayores

El tratamiento de niños mayores con SM es más complicado porque han vivido con el trastorno por más tiempo, pero todavía hay una ayuda excelente disponible para ellos.

Los niños que han tenido SM durante más tiempo estarán acostumbrados a no hablar en público, y sus padres, maestros y otros proveedores de cuidado se habrán adaptado a tratarlos con todo y su evitación. Para combatir estos hábitos de largo plazo, los médicos necesitarán poner en marcha un plan de tratamiento muy sólido, probablemente utilizando una terapia conductual intensiva. Los médicos también pueden ir con los niños a los lugares específicos donde tienen dificultades para hablar, con el fin de hacer un tratamiento de la “vida real”.

Los niños que son mayores y que han tenido un historial más prolongado de SM también tienen más probabilidades de recibir medicamentos recetados para ayudarlos a participar en la terapia.

Finalmente, los niños mayores con mutismo selectivo también son más propensos a tener otros trastornos, como la fobia social y otros trastornos de ansiedad o depresión. Los otros trastornos también deben tratarse; el tratamiento para SM no necesariamente hará que estos problemas desaparezcan.

Niños Bilingües

El mutismo selectivo es más común entre los niños que hablan un segundo idioma. Ser bilingüe no causa SM, pero para los niños que ya tienen un temperamento ansioso, la expectativa de que usen un idioma con el que se sienten menos cómodos puede ponerlos en un riesgo adicional.

Algunos niños bilingües pueden ser no verbales sólo cuando se espera que hablen en su segundo idioma. Para otros niños, su miedo a hablar puede generalizarse, de modo que no hablarán ni siquiera en su lengua materna.

El diagnóstico de los niños que usan un segundo idioma se debe hacer con cuidado. Los niños no deben ser diagnosticados con SM si su incapacidad para hablar puede explicarse por dificultad para comprender o usar un segundo idioma. Los niños bilingües comúnmente experimentan un “período de silencio” mientras adquieren su nuevo idioma, por lo que los médicos deben tener cuidado de no confundir esta etapa de aprendizaje como mutismo selectivo. Los niños bilingües también suelen comenzar a desarrollar el idioma más lento.

Preguntas frecuentes

¿Cuál es la diferencia entre mutismo selectivo y el autismo o un trastorno de la comunicación?

Prestar atención cuando un niño tiene problemas para comunicarse ayuda a determinar si tiene SM o algo más. Mientras que un trastorno de la comunicación será evidente en todas las situaciones, los síntomas de mutismo selectivo sólo se notan en situaciones sociales específicas. Del mismo modo, los niños con autismo tendrán problemas para interactuar socialmente en todas las circunstancias, no sólo alrededor de ciertas personas o en ciertos entornos.

¿Es posible que los niños dejen atrás el mutismo selectivo al crecer?

Los expertos no saben cuántos niños con mutismo selectivo dejarán atrás el trastorno a medida que crezcan. Pero lo que sí sabemos es que tratarlo se vuelve mucho más difícil cuanto más grande es el niño, por lo que es extremadamente importante no posponer el tratamiento. Además, cuanto más tiempo dure un niño sin poder hablar en ciertos entornos, más tiempo estará sufriendo emocionalmente y perdiendo un desarrollo social y académico importante.

¿Ayudaría el cambiar las clases en la escuela?

Algunas veces cambiar a una clase o escuela diferente puede ayudar, ya que su hijo no tendrá un historial de no hablar allí. Incluso cuando un niño está en tratamiento, a veces puede ser difícil lograr que hable frente a un maestro con el que tiene un historial de no hablar. Mientras más esté acostumbrado a no hablar en un ambiente particular, más arraigado estará.

Sin embargo, cambiar de clase no siempre funciona, especialmente si ese es el único cambio que se realiza. Si decide cambiar de clase o escuela, es mejor tener estrategias y técnicas preparadas antes de realizar el cambio. Esto puede significar hacer cosas como visitar el nuevo salón de clases y conocer a su nueva maestra antes de que comiencen las clases, en una situación en la que no se espera que responda preguntas o hable inmediatamente. Idealmente, un nuevo maestro también sería entrenado en lo que es el mutismo selectivo y sobre cómo ayudar a los niños que lo padecen.

¿Qué debería decirle a mi familia?

Los niños con mutismo selectivo a menudo no pueden hablar en torno a algunos miembros de la familia extendida, lo que puede ser estresante para todos los involucrados, particularmente si el SM se confunde con terquedad o comportamiento oposicional o manipulador. Es importante explicar a los familiares qué es el mutismo selectivo y compartir cómo pueden ayudar es importante. Algunos médicos se reúnen con abuelos y otros miembros importantes de la familia extendida para capacitarlos sobre cómo ayudar al niño. Cuando los miembros de la familia están involucrados en el tratamiento del niño, generalmente están entusiasmados en ayudarlo a mejorar.

Enlaces Útiles

Programa de Mutismo Selectivo del Child Mind Institute

El Child Mind Institute tiene un programa de tratamiento muy completo que ofrece intervenciones conductuales individualizadas y basadas en la evidencia, inclusive el programa intensivo de tratamiento grupal [Brave BuddiesSM](#).

Grupo de Mutismo Selectivo

Una organización nacional que puede ayudarlo a encontrar un proveedor de tratamiento en su área.