

Trastorno de vinculación reactiva: Consejos prácticos para familias

Desarrollado en Colaboración con los centros de salud mental de NBHP y FBHP & la Comisión Consultiva del Consumidor y Familia

1. **Tome una parte activa en el tratamiento de su hijo/a.** La terapia familiar que incluye el niño y su(s) cuidador(es) es fundamental para el éxito global. Participe activamente en el establecimiento de metas para el tratamiento e infórmese sobre RAD (por sus siglas en inglés). Informe a los maestros y al personal de la guardería sobre el diagnóstico y cualquier tipo de intervención que está usando. Pida materiales por escrito e información adicional a sus proveedores (véase la lista de recursos adjunta.)
2. **Haga preguntas.** RAD es un trastorno muy raro (menos de 1% de la población). Asegúrese que su hijo ha sido diagnosticado por un evaluador con experiencia. Su terapeuta debe ser abierto cuando le contesta las preguntas que usted tenga sobre el tratamiento de RAD. Quizás usted quiere enterarse de la experiencia que tenga el terapeuta trabajando con otros niños padeciéndose de RAD, cuál estrategia utiliza en cuanto al tratamiento, y de qué manera participa la familia en la terapia. No dude en buscar una segunda opinión si tiene preguntas o preocupaciones sobre el plan para el tratamiento. Evite terapias no basadas en estudios, por ejemplo terapias que incluyen términos como “abrazando” “renaciendo,” “re-apego.” La meta principal de la terapia debe ser apoyar a usted y a su hijo en desarrollar y realizar una relación positiva, una de confianza, que cumple con las necesidades emocionales específicas de su hijo.
3. **Cúidese a sí mismo.** Es importante que usted se cuida para poder cuidar a su hijo. Establezca un estilo de vida sano que incluye ejercicio regular, buenos hábitos de comer, descanso suficiente, y la participación en actividades que usted disfruta con otras personas.
4. **Relaciónese** con su hijo a través de actividades que le agradan (cantando, jugando juegos, yéndose de compras, etc.) y anime a su hijo a participar. Se desarrollan las relaciones pasando tiempo dedicado a la otra persona. Practique las actividades que fomentan la confianza. Trabaje con el terapeuta de su hijo para que le ayude a escoger tales actividades. Su hijo necesita su ayuda para aprender a tener confianza.
5. **Establezca una rutina.** La consistencia y la estructura son esenciales al éxito de su hijo. Esto incluye horas para comer, para cumplir tarea, para acostarse, y para programar actividades que son privilegios como mirar la televisión, jugar juegos y usar la computadora. Los horarios regulares, las rutinas y la preparación para transiciones le ayudarán a su hijo a sentirse seguro y cuidado. Asegúrese que esa estructura es tan consistente como sea posible entre el hogar y la escuela. Interrupciones en la rutina a veces pueden resultar en arrebatos emocionales y de comportamiento. Desarrolle y practique destrezas para manejar cambios inesperados a los planes.
6. **Fíjese en sus relaciones personales.** Cuidar a un niño con RAD puede ser desafiante y estresante. Es importante que usted apoya a los miembros de su familia, más que nada los demás niños, y proporcionarles información sobre el índole de RAD. Mantenga las relaciones fuertes con sus familiares y sus amistades. Cree una red de apoyo que incluye grupos de apoyo. Pida información sobre el cuidado de reposo (respite care) también.
7. **La consistencia** en reaccionar a comportamientos desafiantes es importante y puede ser difícil. Asegúrese de hablar con su terapeuta sobre las mejores maneras de elogiar a su hijo y de disuadir los comportamientos inapropiados. Los niños con RAD pueden ser más sensibles a los métodos de disciplina físicos, y éstos se deben evitar. Mejor use métodos que conllevan consecuencias lógicas y consistentes (véase recursos para padres de familia).

8. **Siempre escuche** cuando los niños están listos para compartir sus pensamientos y sus sentimientos. Es posible que se abran y se sinceren cuando menos lo espera.
9. **Trate de guardar la esperanza.** Muchos padres adoptivos y de acogida (foster) se sienten frustrados y desesperados en ciertos momentos cuando se están forjando una relación con el niño. Es normal para los niños que padecen de RAD aislarse de los demás al principio. Puede ser que dure tiempo, pero estas relaciones pueden mejorarse con la terapia y apoyo. Los ambientes consistentes y apoyadores mejoran los resultados.

Recursos para los clientes

The Mayo Clinic: <http://www.mayoclinic.com/health/reactive-attachment-disorder/DS00988>

The American Academy of Child and Adolescent Psychiatry:
<http://aacap.org/page.wv?name=Reactive+Attachment+Disorder§ion=Facts+for+Families>

Child Trauma Academy: Articles for caregivers
<http://www.childtrauma.org/index.php/articles/articles-for-caregivers>