



Mantente AL DÍA



Diagnósticos psicológicos más recurrentes en niñas, niños y adolescentes en Colombia

A partir de la interacción con profesionales en psicología y otros actores de las defensorías de Familia, **se ha realizado un análisis de las principales condiciones de afectación en salud mental.** Con base en ese ejercicio, se presentan algunas orientaciones para fortalecer la práctica profesional.

En el marco de la atención a niñas, niños y adolescentes, **se identifican como más recurrentes los trastornos de ansiedad, el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH), los trastornos del comportamiento, los trastornos depresivos y los trastornos relacionados con trauma y estrés.**

De acuerdo con el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales **DSM-5-TR (APA, 2022)** y la **Clasificación Internacional de Enfermedades CIE-11 (OMS, 2022)**, estas condiciones afectan de manera significativa el desarrollo emocional, social y cognitivo, interfiriendo en el funcionamiento cotidiano y en el ejercicio pleno de derechos.



En el contexto colombiano, especialmente en población vinculada a procesos de restablecimiento de derechos, estos diagnósticos **suelen estar asociados a factores como la exposición a violencia, negligencia, dinámicas familiares disfuncionales, pobreza y otras condiciones de vulnerabilidad.**

En este sentido, el abordaje de la salud mental en esta población requiere una mirada integral, que articule acciones desde el Sistema Nacional de Bienestar Familiar, **garantizando no solo la atención clínica, sino también la protección, el acompañamiento psicosocial y la restitución efectiva de derechos.**

Recomendaciones para la atención de niñas, niños y adolescentes

En el abordaje de niñas, niños y adolescentes con afectaciones en salud mental, se recomienda a los profesionales de psicología adscritos a las defensorías de Familia:



- **Adoptar un enfoque integral y de derechos**

Reconocer a las niñas, niños y adolescentes como sujetos de derechos, priorizando el interés superior y garantizando intervenciones centradas en su bienestar integral.

- **Realizar valoraciones clínicas contextualizadas**

Considerar no solo los síntomas, sino también las condiciones familiares, sociales y culturales que inciden en su situación.

- **Fortalecer la articulación interinstitucional**

Coordinar acciones con el sector salud (EPS, IPS), educación y demás actores del SNBF, asegurando la continuidad en la atención y el acceso efectivo a servicios especializados.

- **Promover la participación de niñas, niños y adolescentes**

Escuchar activamente su voz, garantizando espacios seguros donde puedan expresar emociones, percepciones y necesidades.

- **Incluir a la familia o red de apoyo**

Vincular a las personas cuidadoras en los procesos de intervención, fortaleciendo habilidades parentales y entornos protectores.

- **Identificar y abordar procesos de duelo**

Reconocer la presencia de duelos no elaborados y abordarlos de manera compresiva.

- **Realizar seguimiento continuo**

Verificar la adherencia a tratamientos, la evolución del caso y la efectividad de las acciones implementadas.

- **Aplicar enfoque diferencial**

Ajustar la intervención según edad, género, pertenencia étnica, discapacidad o condiciones territoriales.

- **Documentar de manera rigurosa**

Registrar actuaciones, conceptos técnicos y evolución del caso, garantizando soporte técnico y jurídico.



Recomendaciones específicas según tipo de afectación

- **Ansiedad y depresión**

Fortalecer habilidades emocionales, estrategias de afrontamiento y redes de apoyo; evitar intervenciones centradas únicamente en el síntoma.

- **Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH)**

Promover coordinación con el sector educativo y de salud; orientar a cuidadores sobre pautas de manejo conductual.

- **Trastornos del comportamiento**

Trabajar en el establecimiento de límites, normas y regulación emocional; evitar enfoques punitivos y privilegiar estrategias pedagógicas.

- **Trauma y estrés**

Priorizar intervenciones sensibles al trauma, evitando la revictimización y garantizando entornos seguros.



Recomendaciones para el bienestar profesional

- **Reconocer los límites del rol profesional**

El abordaje es interinstitucional y no depende únicamente del profesional en psicología.

- **Evitar la sobrecarga emocional**

Establecer límites saludables frente a los casos, especialmente aquellos de alta complejidad.

- **Buscar espacios de apoyo técnico**

La supervisión, el trabajo en equipo y discusión de casos contribuye a disminuir la carga individual.

- **Gestionar las expectativas**

Los procesos de restablecimiento de derechos son progresivos y no inmediatos.

- **Practicar el autocuidado activo**

Incorporar pausas, espacios de desconexión y actividades que fortalezcan el bienestar emocional.

- **Reconocer el impacto del trabajo realizado**

Incluso pequeños avances representan logros significativos en los procesos.

- **Cuidar el lenguaje interno**

Evitar la autoexigencia extrema y promover una práctica basada en la compasión profesional.

El abordaje de la salud mental en niñas, niños y adolescentes exige no solo competencias técnicas, sino también una mirada ética, humana y articulada.

Asimismo es fundamental reconocer el rol del profesional de psicología como agente primordial en la garantía de derechos, promoviendo intervenciones integrales que impacten de manera positiva en la vida de esta población.

