Pica

Breve guía informativa



La pica es la exploración repetitiva de objetos no comestibles en la boca. Aproximadamente 1 de cada 4 niños intenta llevarse objetos no comestibles a la boca y puede tragárselos. Esto puede ser un comportamiento sensorial y también indicar niveles bajos de hierro.

Escanea

Descripción general

- Llevarse a la boca y tragar objetos no comestibles es común entre bebés y niños pequeños. La mayoría de los niños superan esta práctica a los 24 meses de edad. Se considera pica si el niño continúa llevándose objetos no comestibles a la boca después de esta edad.

Artículos no alimentarios comunes



Monedas



Papel



Piedras



Tierra



Crayones

Problemas asociados con la pica

La mayoría de los niños con pica son sanos. Sin embargo, llevarse objetos no comestibles a la boca puede provocar ciertos problemas de salud. Esto incluye:

1. Lesiones en la boca o los dientes
2. Altos niveles de plomo
3. Daños al estómago y al intestino delgado
4. Problemas de nutrición
5. Diarrea o constipación

ECHO AUTISM COMMUNITIES
echoautism.org

¿Que sigue?



Cosas que puede hacer ahora

1. Llevar una lista de los alimentos que su hijo come o se lleva a la boca y con qué frecuencia.
2. Hacer una lista de los lugares y situaciones en los que su hijo se lleva cosas a la boca. Observar si hay un patrón.
3. Mantener los items no alimentarios fuera del alcance y de la vista de su hijo.
4. Colocar cerraduras en puertas y armarios que contengan posibles objetos de pica.
5. Enriquecer el entorno de su hijo con objetos que no quepan en su boca.
6. Intentar redirigir o distraer cuando ocurre el comportamiento de pica.

Cosas que puede hacer con tiempo

1. **Bloqueo**: un adulto coloca su mano sobre la mano del niño para "bloquearlo" y evitar que se lleve el objeto a la boca como un recordatorio amable.
2. **Programación de refrigerios**: proporcionar un refrigerio según un horario o en entornos específicos que sean desencadenantes comunes de pica.
3. **Desarrollo de habilidades**: enseñar a su hijo cómo identificar alimentos e items no alimentarios.
4. **Programa de recompensas**: otorgar una recompensa por no llevarse a la boca un item que no sea comida.

¡No se preocupe si no ve progreso de inmediato! Estas cosas deben hacerse de forma constante durante largos periodos de tiempo.

Con su equipo de atención médica

1. Compruebar los niveles de zinc de su hijo.
2. Proporcionar vitaminas o suplementos si así lo recomienda el médico de su hijo.
3. Llevar a su hijo al dentista regularmente
4. Consultar con un nutricionista si su hijo sigue una dieta especial o es selectivo.

Derivaciones

_____

_____

_____

_____

NOTAS:

Si tiene preguntas sobre pica, hable con su médico.