

La Pica



*Guía Para
Padres*



Estos materiales son producto de las actividades continuas de la Red de Tratamientos del Autismo (Autism Treatment Network), un programa financiado por Autism Speaks. Financiado según el acuerdo cooperativo UA3 MC 11054 por medio del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, la Administración de Recursos y Servicios de Salud, el Programa de Investigación sobre la Salud Materna e Infantil del Hospital General de Massachusetts (U.S. Department of Health and Human Services, Health Resources and Services Administration, Maternal and Child Health Research Program to the Massachusetts General Hospital).

Enunciado del propósito: Este manual es una guía para padres de niños que comen artículos no comestibles(pica). Sirve de ayuda a los padres para aprender sobre la pica: qué es, por qué sucede, a quién pedir ayuda, y maneras de tratarla y prevenirla.

¿Qué es la pica?

La pica es el consumo repetitivo de cosas que no son comida. Es un problema común en niños con autismo. Los niños con pica a menudo comen cosas como papel, plantas, plástico o piedras. Algunos niños tragan los objetos rápidamente. Otros mantienen los objetos en la boca y solo los tragan ocasionalmente.

Llevarse a la boca y tragar artículos que no son alimentos es una conducta común en muchos bebés e infantes. Lo hacen como una manera de explorar y aprender. La mayoría de los niños abandonan la conducta a la edad de 18 meses. Se etiqueta a un niño con pica solo cuando la conducta de comer artículos no comestibles continúa después de esta edad.

Cosas comunes que los niños con pica se llevan a la boca o comen

- Tiza
- Colas de cigarrillo
- Plastilina
- Ropas o hilo
- Monedas
- Tierra
- Heces
- Pelo
- Mucho hielo
- Astillas o polvo de pintura
- Papel
- Plantas o hierba
- Yeso
- Rocas, piedras o astillas de madera
- Sal de roca
- Bandas elásticas
- Champú
- Juguetes(Legos, plastilina, Magnetix, muñequitos, y muchos más)



¿Por qué la pica es un problema?

La mayoría de los niños con pica son sanos. Ello se debe a que muchos de los artículos que los niños con pica comen son expulsados con las heces sin problemas. Sin embargo, la pica puede causar ciertos problemas de salud que los padres deben conocer. Cuando se comen grandes cantidades de artículos no comestibles, estos pueden causar bloqueos en el estómago. Algunas cosas tales como el vidrio y las bandas elásticas pueden causar daño al estómago e intestinos. Otros problemas de salud producto de la pica incluyen:

- Altos niveles de plomo en sangre por comer artículos que lo contienen (ejemplo: astillas o polvo de pintura, etc)
- Problemas nutricionales
- Envenamamiento debido a la ingestión de artículos domésticos comunes tales como productos de limpieza
- Infecciones de la boca, estómago o intestinos
- Desgaste de los dientes

Los niños con pica pueden presentar problemas de conducta (tales como ira o agresión) si se les detiene cuando intentan alcanzar los artículos deseados.

¿Por qué los niños con autismo y otros problemas del desarrollo presentan la pica?

Se han identificado varias causas comunes de la pica:

- La causa más común es la **retroalimentación sensorial** (también llamado reforzamiento automático). Estos niños comen artículos no comestibles para obtener una sensación placentera o de disfrute.
- Algunos niños tienen **dificultad para diferenciar los artículos comestibles de los no comestibles**. Algunos comen artículos no comestibles porque creen que es comida.
- Otra causa podría ser la presencia de **niveles bajos de hierro o zinc**. Los niños que tienen este problema pueden beneficiarse del uso de suplementos vitamínicos. También podrían necesitar tratamiento conductual.

Generalmente la pica no es causada por:

- Esfuerzos para tratar de llamar la atención
- Incapacidad de comunicar las necesidades

El tratamiento se hace más efectivo si los niños con pica se someten a una evaluación médica y de conducta. Los exámenes médicos pueden ayudar a determinar si su hijo tiene una necesidad nutricional o problemas médicos causados por la pica. La evaluación conductual puede ayudarle a entender las causas de la pica y decidir la mejor manera de responder a problemas de conducta relacionados (tales como agresión o huida).

Signos de un niño con pica:

- A menudo se mete a la boca artículos tales como juguetes pequeños.
- Busca artículos para comer o metérselos a la boca.
- Se consiguen artículos no comestibles en sus heces (ejemplo: cordones, piedras o plástico).
- Come comida del piso, el cesto de basura u otros sitios inapropiados.
- Tiene problemas para diferenciar los alimentos de los artículos no comestibles (ejemplo: muerde un posavasos de cartón cuando sale a cenar).
- Las personas que pasan mucho tiempo con el niño, tales como su maestro o niñera, expresan preocupación acerca de la posibilidad de que el niño esté presentando la pica.

Si usted ve uno o más de estos signos, busque evaluación médica y conductual. Considere probar las intervenciones a continuación que no requieren ayuda profesional.

¿Dónde puedo buscar ayuda?

Los siguientes profesionales pueden darle información útil acerca de la pica:

- Analista Conductual con experticia en la evaluación conductual funcional y el desarrollo de planes de intervención conductual
- Psicólogo con experticia en Análisis Aplicado de la Conducta(AAC), autismo y evaluación funcional de la conducta
- Pediatra especialista en desarrollo/conducta
- Dietista o nutricionista
- Pediatra u otro médico de cabecera

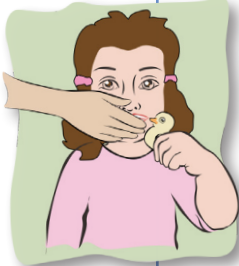
LO QUE LOS PADRES PUEDEN HACER

Algunos pasos iniciales que usted puede tomar:

- 1) Mantenga una **lista de los artículos** que su hijo come o mueve en la boca. Comparta esta lista con los médicos de su hijo, maestros u otras personas que se ocupen de su cuidado.
- 2) En un cuaderno, lleve un registro de la frecuencia con que su **hijo exhibe conductas asociadas a la pica.**
- 3) Mantenga una lista de los **lugares y situaciones** en las cuales su hijo se mete cosas a la boca.
- 4) Oculte los **artículos no comestibles** que su hijo intenta comer frecuentemente. Traslade los artículos a un lugar seguro tal como el sótano.
- 5) Coloque **cerraduras** en gabinetes, closets o puertas que contengan posibles objetos pica.
- 6) **Aspire o barra el suelo diariamente** para reducir los artículos del suelo que su hijo pudiera comer.
- 7) **Enriquezca el ambiente de su hijo.** Durante las horas menos ocupadas, dele a su hijo a cosas que le gusta hacer que no incluya artículos pica.
- 8) **Enséñele destrezas para detectar el peligro.** Ponga a su hijo a practicar el identificar cosas no comestibles o pel.



Cosas que los padres pueden hacer con ayuda y retroalimentación profesional:



1) **Bloqueo:** El bloqueo consiste en colocar la mano sobre las manos del niño para “bloquearlas” y no permitir que se lleve el artículo a la boca. Esto puede reducir la pica en muchos niños. Sin embargo, es importante el cuándo y cómo bloquear. Es por ello que los padres deben buscar ayuda si la necesitan. Otras cosas en qué pensar incluyen:

- Use la menor cantidad de fuerza necesaria para evitar que su hijo se meta el artículo en la boca.
- Trate de bloquear antes de que su hijo tenga el artículo cerca de la boca.
- Recuerde que al principio muchos niños pueden tener una respuesta negativa tal como agresión o berrinches. Puede que usted necesite ayuda para manejar estas conductas.



2) **Desarrollo de habilidades:** Enseñarle a su hijo como diferenciar los alimentos de los artículos no comestibles puede disminuir la pica. Esto generalmente se hace utilizando premios e imágenes (llamado entrenamiento de discriminación). Para hacer esto:

- Siente a su hijo a la mesa con un plato sobre un mantel individual colorido.
- Ponga algunos artículos no comestibles sobre la mesa.
- Ponga en el plato uno de los alimentos favoritos de su hijo.
- Premie a su hijo por comer del plato y no meterse a la boca los artículos no comestibles.



3) **Horario para el tentempié:** Tenga disponible un tentempié según un horario determinado (cada 30 minutos o cada hora). Dígame a su hijo que puede comer un tentempié pero no trate de hacer que se lo coma. Tener disponible tentempiés más frecuentes le dará a su hijo otras opciones aparte de los artículos no comestibles.

4) **Horario de premiación:** Dele un premio, tal como un juguete, por no comer un artículo no comestible por cierto tiempo.

5) **Enséñele diferentes conductas,** tales como recoger artículos pica y botarlos o regresarlos a su lugar. Divida la habilidad en pasos y ayude a su hijo a practicar cada paso.

6) **Encárguese de los problemas de salud relacionados con la pica:**

- Pida al médico o enfermera de su hijo que chequee sus niveles de hierro y zinc. Niveles bajos de estos nutrientes pueden contribuir a la pica. (ADD LINK to Provider Tool Kit)
- Dele vitaminas o suplementos si lo indican el médico o enfermera de su hijo.
- Pida al médico o enfermera de su hijo que chequee sus niveles de plomo. A los niños con pica se les debe determinar su nivel de plomo de manera regular.
- Vaya con un nutricionista si su hijo tiene una dieta especial o es muy selectivo con la comida.
- Asegúrese de que su hijo vaya al dentista regularmente.
- Asegúrese de que su dentista, médico y enfermera regulares sepan que su hijo presenta la pica.
- Si su hijo tiene problemas de salud nuevos, asegúrese de que los médicos y enfermeras que se ocupan de él sepan que él presenta la pica.



Tratamientos que requieren ayuda profesional

Algunos niños tienen una pica que no responde a los tratamientos previamente nombrados. Algunas veces es porque la pica del niño es muy frecuente. Otras veces el niño tiene muchos problemas médicos o de conducta que necesitan tratamiento. En estos casos las familias necesitan ayuda especial. Probablemente usted necesite un profesional que tenga habilidades de alto nivel para trabajar con niños con discapacidades, la pica y otros problemas de conducta. Los tipos de tratamiento que podrían utilizarse con la ayuda de este profesional incluyen:

- Restricción física breve (ejemplo: mantener las manos del niño a sus costados por corto tiempo)
- Sobrecorrección (ejemplo: usar asistencia física para ayudar al niño a recoger artículos pica)

Estas intervenciones requieren una evaluación conductual completa y planeamiento continuo del tratamiento por parte de los padres del niño y su equipo de profesionales. Estos tratamientos requieren del consentimiento de los padres y deben demostrarse a estos antes de su uso.

Para mayor información sobre ayuda con las conductas de los niños autistas vea el manual Autism Speaks Challenging Behaviors

<http://www.autismspeaks.org/family-services/tool-kits/challenging-behaviors-tool-kit>



RECURSOS

El Departamento de Servicios Familiares de Autism Speaks ofrece recursos, manuales, y apoyo para ayudar a manejar los retos del día a día que implica vivir con autismo www.autismspeaks.org/family-services. Si usted está interesado en hablar con un miembro del Departamento de Servicios para Familias de Autism Speaks contacte al Equipo de Respuesta del Autismo(ART, por sus siglas en Ingles) al 888-AUTISM2 (288-4762), o por correo electrónico al familyservices@autismspeaks.org.

ART en español: 888-772-9050.

Lectura sugerida para los padres

Ali, Z. (2001). Pica in people with intellectual disability: A literature review of aetiology, epidemiology and complications. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, 26, 205–215.**

Glasberg, B. A. (2008). *Functional behavior assessments for people with autism*. Woodbine Press, ISBN: <http://www.woodbinehouse.com>.

McAdam, D. B., Sherman, J. A., Sheldon, J. B., & Napolitano, D. A. (2004). Behavioral interventions to reduce the pica of persons with developmental disabilities. *Behavior Modification*, 28, 45–72.**

Napolitano, D. A. & McAdam, D. B (2012) Problem Behavior. In Tristram Smith (Ed). *Making Inclusion Work for Students with Autism Spectrum Disorders: An Evidence-Based Guide*. The Guilford Press. ISBN-13: 978-1606239322. <http://www.guilford.com>.

Pace, G. M., & Toyer, E. A. (2000). The effect of a vitamin supplement on the pica of a child with severe mental retardation. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 33, 619–622.**

Stiegler, L. N. (2005). Understanding pica behavior: A review for clinical and education professionals. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 20, 27–38.**

Thompson, T. (2009). *Freedom from meltdowns. Dr. Thompson's solutions for children with autism*. Paul H. Brookes Publishers, ISBN: 978-1-55766-986-5. <http://products.brookespublishing.com>.

Online general nutrition information: <http://www.choosemyplate.gov/>

**Technical article that might require support from professionals

AGRADECIMIENTO

Este manual fue desarrollado por miembros de la Red de Tratamiento del Autismo de Autism Speaks/Red de Investigación de la Salud Física para la Intervención en el Autismo: David McAdam, Lynn Cole, y Linda Howell, de la División de pediatría del neurodesarrollo y la conducta en la University of Rochester School of Medicine. Queremos agradecer a los padres de los niños y adultos con pica con quienes hemos trabajado, por enseñarnos el conocimiento clínico presente en este manual. También queremos agradecer a los padres que han dado retroalimentación sobre el material del manual. Fue diseñado, editado y producido por la Red de Tratamiento del Autismo de Autism Speaks/Red de Investigación de la Salud Física para la Intervención en el Autismo. Agradecemos la revisión y sugerencias de muchos, incluyendo las familias asociadas a la Red de Tratamiento del Autismo de Autism Speaks. Usted puede usar esta publicación tal como está o, sin costo alguno, puede adquirirla individualizada en forma de archivo electrónico para su producción y disseminación, de manera que incluya su organización y sus referencias más frecuentes. Para información sobre revisión por favor contacte a atn@autismspeaks.org.

Estos materiales son producto de las actividades continuas de la Red de Tratamientos del Autismo (Autism Treatment Network), un programa financiado por Autism Speaks. Financiado según el acuerdo cooperativo UA3 MC 11054 por medio del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, la Administración de Recursos y Servicios de Salud, el Programa de Investigación sobre la Salud Materna e Infantil del Hospital General de Massachusetts (U.S. Department of Health and Human Services, Health Resources and Services Administration, Maternal and Child Health Research Program to the Massachusetts General Hospital). Su contenido es responsabilidad única de los autores y no representan necesariamente la posición oficial de MCHB, HRSA, HHS. Publicado en mayo del 2014.