

my·Face

# Autoestima

Una Guía para Padres de Niños con Diferencias Faciales



A large, stylized, light blue graphic of a face with a wide smile, serving as a background for the text. The face is composed of simple geometric shapes: a large rounded rectangle for the head, a smaller rounded rectangle for the chin, and a wide, upward-curving line for the mouth. Two small circles represent eyes, and a horizontal line represents the nose. The entire graphic is rendered in a light blue color with a slight transparency.

Una Publicación de **myFace**

Con especial agradecimiento a los padres y a los médicos que generosamente compartieron sus experiencias y puntos de vista y sin los cuales este proyecto no hubiera sido posible.

# AUTOESTIMA

Una Guía para Padres de Niños  
con Diferencias Faciales

**Aileen Blitz, *PHD***

with

**Dennis Sklenar, *LCSW***

**Marcie Rubin, *MPH, MPA***

**Whitney Burnett, *Acesor Senior***

**E**l respeto por uno mismo o la autoestima positiva es a menudo considerado una clave para la felicidad y el éxito. Aunque los padres y los cuidadores de niños se esfuerzan por fomentar una autoestima positiva en sus hijos, esto puede ser especialmente difícil para los padres de niños con diferencias faciales. Muchos factores pueden afectar la autoestima de los niños incluyendo su capacidad para desarrollar habilidades de adaptación y socialización y también los problemas de desarrollo o de funcionamiento que pueden acompañar a sus diferencias faciales. Esta guía está diseñada para ayudar a los padres y cuidadores de niños con diferencias faciales a reconocer, entender y abordar los problemas comunes que pueden encontrar para que puedan fomentar un sentido saludable de la autoestima en sus hijos.

## ¿QUÉ ES LA AUTOESTIMA?

La autoestima se refiere a cuanto la gente se acepta y se valora a sí misma. Esto refleja un sentido de respeto y amor propio.

## FACTORES QUE AFFECTAN LA AUTOESTIMA

La gente tiende a basar gran parte de su autoestima en como ellos son físicamente atractivos hacia ellos mismos y hacia los demás. Esto es principalmente porque la sociedad pone un gran énfasis en la atracción física. La cultura popular de hoy está llena de imágenes que promueven la meta de la perfección física y la belleza. Nosotros somos incitados a comprar los productos que dicen que nos embellecen. Estamos persuadidos a creer que si nos vemos como el modelo en el anuncio, nos vamos a gustar más, atraeremos más amigos y seremos considerados más atractivos por los demás.

Durante la infancia, los niños empiezan a compararse con los demás y notan diferencias. Ellos se preocupan de que sean demasiado altos, demasiado bajos, demasiado gordos o demasiado delgados. Durante la adolescencia, los adolescentes también se centran en congeniar con los demás y ser aceptados por sus compañeros. Sienten la necesidad de mirar, de vestir, o actuar de una manera particular o aceptada. La mayoría de los niños y adolescentes luchan en algún momento para congeniar con los demás o tratan de alcanzar estándares de belleza que a menudo son imposibles de alcanzar. Para los niños con diferencias faciales y sus familias, esta lucha es a menudo compleja y emocionalmente desafiante.

La imagen del cuerpo y el sentido de la apariencia física de las personas contribuyen al desarrollo de su autoestima. Los niños que tienen múltiples cirugías en la cara pueden creer que hay algo mal con su apariencia. Como resultado, pueden desarrollar una autoestima baja.

Debido a la importancia que la sociedad le da a la apariencia física, la gente puede reaccionar negativamente hacia los niños con diferencias faciales. Por ejemplo, la gente puede mirar hacia otro lado o evitar mirarlos hacia los ojos. Cuando los niños con diferencias faciales crecen, ellos pueden llegar a estar más conscientes de que son observados por otros de una forma negativa. Esta percepción negativa puede influenciar en su sentido de amor propio. Las burlas, las exclusiones, y los insultos verbales y no verbales de los demás también pueden contribuir al desarrollo de una autoestima baja en el niño.

Cuidadores primarios (padres, tutores y otras personas que tienen una gran responsabilidad en el cuidado del niño) desempeñan un papel especialmente importante en determinar si el niño desarrollara una autoestima alta. Como ellos perciban y respondan a la imagen del cuerpo del niño, altamente influye en como el niño percibe su cuerpo, su propia imagen en general y el sentido de su valor propio. A una edad muy temprana, los niños perciben la actitud que tienen los cuidadores hacia ellos. Los niños están muy conscientes de las emociones de sus padres.

**Los sentimientos de los niños acerca de sus diferencias faciales y sobre sí mismos, por lo tanto, usualmente es el resultado de:**

- La reacción de los cuidadores y la capacidad para lidiar con la apariencia del niño.
- Las reacciones de otras personas, incluyendo hermanos, parientes, adultos y compañeros fuera de la familia.
- Diferencias físicas del niño.
- El proceso de cirugía reconstructiva

Estos sentimientos afectan la autoestima de un niño. Los niños con autoestima baja pueden sentirse inferiores, despreciados y tristes. Estos sentimientos pueden, a su vez, afectar el bienestar emocional del niño, el desarrollo y la capacidad de llevarse bien con los demás.

## LA AUTOESTIMA Y LAS HABILIDADES DE AFRONTAMIENTO

Afrontamiento es la manera en que la gente responde a las dificultades en sus vidas y las acciones que realizan para superar estos problemas. Habilidades de afrontamiento de los niños son puestas a prueba cuando comienzan a interactuar con otras personas en la escuela y en otros entornos sociales. La autoestima y las habilidades de afrontamiento a menudo están relacionadas; los niños con autoestima baja tienden a desarrollar pocas habilidades de afrontamiento. Las personas con autoestima positiva han desarrollado mecanismos útiles de afrontamiento.

## Las habilidades de afrontamientos eficaces e ineficaces:

- **La Negación** - La Negación significa ignorar un problema o pretender que no existe. Es una de las formas más comunes que los niños usan frente a las cosas desagradables. Por ejemplo, los niños pueden presentar negación cuando ven sus diferencias faciales como menos graves de cómo los otros las ven. Algunas negaciones pueden ser saludables, como es el caso cuando los niños son conscientes de sus diferencias faciales, pero optan por no concentrar toda su atención en ellas.
- **La Ira** - La ira es una respuesta emocional negativa a una situación desagradable que puede resultar en una reacción verbal y / o física o simplemente ser sentida. Es una emoción que puede ser difícil de entender en los niños. En el lado positivo, la ira puede motivar a los niños a hablar o actuar de manera que afirma sus ideas o necesidades. Sin embargo, la ira no controlada puede conducir a un comportamiento que empuja a otros niños o miembros de la familia a alejarse o atrae la crítica excesiva (véase acting out). Es importante tener en cuenta el contexto de la situación en la cual la ira ocurre. Cuando un niño está enojado, los padres deben considerar las circunstancias, si es apropiado y el grado de control.

La mayoría de los padres preferirían que su hijo hablara acerca de los sentimientos de ira en lugar de reaccionar. Esto no siempre es algo fácil para los niños hacer. Los niños a menudo se expresan de manera no verbal. Los padres pueden ayudar a sus hijos a identificar sentimientos utilizando libros de cuentos, actuando y animándolos a hablar acerca de sus sentimientos. Cuando la ira se vuelve intensa, puede ser difícil para un niño contenerla o expresarla de una manera apropiada. Expresar la ira de una manera que no es constructiva es un comportamiento que llamamos "Acting out".

- **Acting Out** - Como se definió anteriormente, acting out es expresar fuertes sentimientos de una manera que puede ser emocional, verbal o físicamente abusiva. A menudo da lugar a la atención negativa. Aunque acting out por lo general se considera como un comportamiento negativo, a veces puede ser una expresión importante y apropiada de la ira. Pensando en los comportamientos acting out como diciéndonos algo importante acerca de cómo los niños se sienten, puede permitir a los padres entender mejor a sus hijos y ayudarlos más eficientemente a sentirse mejor.
- **La depresión** - La depresión incluye sentimientos de tristeza y pérdida de interés y placer en actividades. Los síntomas de la depresión varían con la edad y con la personalidad. La Academia Americana de Psiquiatría Infantil y Adolescente reconoce la depresión como un trastorno emocional cuando los sentimientos de depresión persisten e interfieren con la habilidad de un niño o adolescente para funcionar. Los niños que han sufrido pérdidas tempranas, que tienen problemas académicos, o tienen dificultades emocionales o de comportamiento tienen un mayor riesgo de depresión en comparación con otros niños.

En general, los síntomas de la depresión en los niños pueden incluir tristeza o llanto frecuentemente, disminución del interés en actividades que antes disfrutaban, aislamiento social, sentimientos de desaliento, sentimientos extremos de culpa, irritabilidad, mal humor, ira, retraimiento, quejas de enfermedades físicas tales como dolores de cabeza y dolores de estómago, poca concentración, un cambio grande en el patrón del sueño y de los hábitos alimenticios, hablan de huir de la casa o de los esfuerzos para hacerlo, y de pensamientos o expresiones suicidas o comportamientos autodestructivos. Los niños más pequeños cuando están deprimidos pueden fingir que están enfermos, rehusarse a ir a la escuela, se aferran a un padre, o se preocupan que los padres puedan dejarlos o que puedan morir. Los niños más grandes cuando están deprimidos pueden ser malhumorados, se involucran en problemas en la escuela, se encierran en ellos mismos y se sienten crónicamente mal entendidos por los demás, especialmente por los adultos.

Los padres deben permitir que su niño experimente algunos sentimientos emocionalmente desagradables. Algunas veces, todos los niños tienen que aprender a lidiar con sentimientos de tristeza, aburrimiento, enojo o desánimo. Sin embargo, los padres que creen que su hijo está experimentando síntomas de depresión deben informar a su equipo craneofacial, los cuales pueden proporcionar una referencia a un profesional de la salud mental para niños/adolescentes.

- **Las Habilidades Sociales** - Las habilidades sociales se desarrollan a una edad temprana en el ambiente familiar y más tarde, en los entornos sociales como en la escuela o en el campamento. Las habilidades sociales de los niños son a menudo influenciadas por su personalidad y por los mecanismos de afrontamiento. Algunos niños son naturalmente extrovertidos y puede iniciar fácilmente una conversación con otras personas, mientras que otros niños son tímidos y sólo pueden hablar cuando se les habla. Los padres pueden ayudar a su hijo a desarrollar una serie de respuestas sociales hacia los demás que ayudan al niño a sentirse más seguro de sí mismo y cómodo en situaciones sociales. Es importante que

los niños sepan cómo y cuándo responder a los comentarios hirientes. Practicar bien, pensando en respuestas a posibles situaciones sociales difíciles, pueden ayudar a un niño a lidiar con la situación si se presentara (véase burlas e intimidación).

- **Tomar decisiones** - La gente se siente más segura de sí misma y menos impotente cuando tienen algún control sobre lo que les sucede. Mientras los niños crecen, es importante que los padres involucren a sus hijos en la toma de sus propias decisiones acerca de sus vidas, incluso si esas decisiones son acerca de asuntos simples. Por ejemplo, permitir que el niño programe una cirugía durante el verano si el niño no quiere perder las actividades escolares.
- **Tomar riesgos** - Los padres de los niños con diferencias faciales pueden preocuparse por sus hijos de ser heridos físicamente (tal vez mientras usan el aparato para alargar la mandíbula o justo después de una intervención quirúrgica) o emocionalmente al ser rechazados por sus compañeros. Cuando los niños están sobreprotegidos, a menudo sienten que sus padres no creen que ellos sean capaces de hacer las cosas sin su ayuda o que ellos no puedan valerse por sí mismos. Los padres pueden ayudar a sus hijos de manera importante al creer en ellos y tener confianza en sus propias habilidades, a pesar de que pueden cometer errores. Esto les ayudará a desarrollar confianza en su propio juicio, en sus habilidades y también a construir su autoestima.

Además, los niños que están excesivamente protegidos por su condición médica pueden crecer sintiendo que tienen derecho a un trato especial de los demás. Y si ellos no reciben esta atención especial, pueden llegar a decepcionarse y enojarse, a su vez, puede culpar a otros por sus malos sentimientos. Es muy importante animar a los niños para que hagan todo lo que ellos puedan.

Los padres pueden reforzar la autoestima de su hijo elogiando a su hijo por ser fuerte y poder manejar una situación difícil o una cirugía. Está bien que los padres le compren un regalo a su niño antes de la cirugía. Sin embargo, mucho engrimiento a través de regalos o promesas puede contribuir a un niño exigente que puede desarrollar expectativas poco realistas de los demás en el futuro. Algunos padres animan a sus hijos que reciben muchos regalos a donar algunos de sus regalos a los niños necesitados.

- **Las Cirugías Plásticas Reconstructivas** - pueden ser destinadas a mejorar una función, la apariencia o ambas. Si bien ha habido importantes avances en el campo de la cirugía plástica reconstructiva, la cirugía es sólo un acercamiento al mejoramiento de la autoestima del niño. Los padres pueden ayudar a su niño a anticipar lo que se puede esperar de la cirugía y ayudar a entender las limitaciones de la cirugía. Esto incluye desarrollar una expectativa realista de cuánto uno puede esperar ser cambiado a través de determinado procedimiento, así como la comprensión de que en cierto momento la cirugía no puede hacer una diferencia notable o positiva. Los niños mayores pueden decidir que se sienten cómodos con su apariencia y que no quieren más cirugías. Tenga en cuenta que las perspectivas de los niños cuando son adolescentes probablemente difieran de sus puntos de vista cuando sean adultos. Una consideración adicional para decidir si un niño debe tener un procedimiento opcional es que los niños sólo podrán ser cubiertos por la póliza del seguro médico de sus padres hasta la edad de 18 años. Por lo tanto, la cirugía puede ser más accesible siendo niño que siendo un adulto.

## LOS ASUNTOS DE DESARROLLO Y LA AUTOESTIMA

Al tratar de determinar cómo mejorar la autoestima de un niño con una diferencia facial, los padres necesitan estar al tanto de algunos asuntos de desarrollo. Los padres deben saber lo que se considera un desarrollo normal, así como la gama de comportamientos normales, actitudes y pensamientos de los niños en diversas etapas del desarrollo. Es importante señalar que no todos los problemas sociales, académicos o de comportamiento deben atribuirse a la diferencia facial de un niño. Algunos problemas pueden estar asociados con las etapas normales del desarrollo mientras que otros pueden atribuirse a un problema relacionado con la condición.

**Infantes y niños (Desde nacimiento - 2 años)** - Durante sus dos primeros años, los bebés y niños pequeños comienzan a “apegarse” a sus padres y a desarrollar su sentido de confianza y el sentimiento general de seguridad. El apego es el proceso por el cual los padres y los niños se conectan y los padres aprenden a atender a las necesidades físicas y emocionales de su bebé al alimentarlo, cargarlo y calmarlo. Este proceso es muy importante para el desarrollo emocional del niño. Los bebés y niños pequeños en general no entienden su condición médica. Ellos tienden a experimentar el dolor, la restricción del movimiento y la separación de los padres como retos para desarrollar su sentido de confianza y seguridad. Las hospitalizaciones pueden interrumpir el proceso de apego de un niño. Los padres pueden facilitar el proceso de apego al participar tanto como sea posible en el cuidado del niño mientras el niño está hospitalizado.

**Niños en edad preescolar (3-5 años)** - Durante sus años preescolares, los niños comienzan a desarrollar un sentido de independencia. En esta etapa, los niños con necesidades especiales pueden empezar a entender en parte su condición médica. Por ejemplo, niños en edades preescolar pueden entender lo que significa sentirse enfermo, pero no la causa de la enfermedad. Sus perspectivas tienden a ser limitadas a las cosas que aparecen en el momento. Además, los niños pequeños que asisten al preescolar o a la guardería interactúan con sus compañeros al principio de sus vidas. Cuando los niños empiezan a hacer comparaciones entre las personas o notan diferencias, pueden surgir asuntos de auto-conciencia sobre la apariencia física.

**Primeros años escolares (6-8 años)** - Durante sus primeros años escolares, los niños tienen una comprensión más clara de que son diferentes de sus compañeros o hermanos. Ellos pueden notar que están recibiendo un tratamiento especial de los padres, maestros y personas que los cuidan. Ellos pueden empezar a hacer la pregunta “¿Por qué yo?” Ellos pueden ser capaces de describir las razones por las enfermedades, pero sus razones pueden ser no lógicas. Los niños de esta edad a menudo están involucrados en pensamientos mágicos o sobrenaturales. Pueden creer que han causado sus diferencias faciales por tener malos pensamientos o por los enfrentamientos con sus padres o hermanos. A esta edad, los niños se preocupan más por “ser normal” y “congeniar con los demás” Ellos tienden a pensar en las diferencias como cualidades negativas. Los niños con diferencias faciales pueden comenzar a interiorizar la idea de que “no son tan buenos” como los niños sin diferencias faciales. Ellos pueden venir de la escuela enfadados o retraídos después de ser objetos de burla o rechazados por un compañero.

Lidiando con estos temas del desarrollo, es un proceso para todos los niños que se extiende hasta la edad adulta cuando la gente comienza a aceptarse a sí mismos y a aprender a apreciar sus virtudes y reconocer sus debilidades. Los padres pueden ayudar a su hijo con diferencias faciales en edad escolar animándolos, compartiendo tiempo haciendo actividades con su hijo y hablando con sus hijos sobre cómo responder mejor a las burlas y a los rechazos de los demás (véase burla e intimidación).

**Niños un poco mayores de edad escolar (9-12 años)** - Los niños entre las edades de 9 y 12 están en mejores condiciones para comprender su condición médica y tratamiento, pero su comprensión es todavía limitada. En esta etapa, los niños pueden comenzar a rechazar las cosas por su apariencia física. Pueden llegar a ser conscientes de sí mismos estando con los demás. Los niños pueden sentirse excluidos si faltan a la escuela o actividades cuando tienen una cita médica o se están recuperando de una cirugía. Preguntas acerca de las diferencias y de la importancia de la aceptación social fuera de la familia comienzan a emerger. Los padres pueden necesitar restringir las actividades de sus hijos por razones médicas. Sin embargo, los padres pueden ayudar a los niños a encontrar formas creativas para conectarse con sus compañeros al escribir cartas, enviar correos electrónicos, o tener reuniones para jugar.

**Los adolescentes (13-17 años)** - Los adolescentes están más interesados en asuntos de identidad y de congeniar con un grupo de compañeros. Los adolescentes pasan por rápidos cambios físicos, incluyendo períodos de crecimiento y los cambios hormonales que pueden afectar la apariencia de los huesos faciales y sus características. La apariencia personal y la atracción hacia los demás son muy importantes durante la adolescencia. La confianza en sí mismo puede disminuir cuando la apariencia de un adolescente es alterada por una condición facial. Los adolescentes que son diferentes de alguna manera pueden encontrar sus años en la escuela secundaria emocionalmente difíciles. Para los adolescentes con diferencias faciales, estos retos pueden ser especialmente intensos. En una manera positiva, los niños en esta etapa de desarrollo están también preocupados por la justicia y por ser una buena persona. Por lo tanto, los compañeros pueden ser más abiertos emocionalmente a las personas que perciben que son diferentes a ellos.

**Etapa final de la adolescencia y el comienzo de la edad adulta (18-25 años)** - Durante los últimos años de la adolescencia y los primeros años después de los veinte, las actitudes y los valores de la gente pasan por muchos cambios. Mientras algunas actitudes de los adolescentes pueden persistir, los adolescentes mayores y adultos jóvenes suelen ser más tolerantes y aceptar diferencias. Este es un tiempo en el que la gente comienza a centrarse menos en el aspecto físico y expande sus círculos sociales para incluir a los compañeros con los cuales comparten intereses comunes. Además, los jóvenes empiezan a dejar ir la ira o la inseguridad que pueden haber experimentado en el pasado a medida que comienzan a valorar sus propias virtudes y logros.

## CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS DE TODAS LAS EDADES A DESARROLLAR UNA AUTOESTIMA POSITIVA

Es muy importante que los padres ayuden a su hijo o hija a sentirse bien acerca de sí mismos. Consejos sobre cómo ayudar a los niños a desarrollar una autoestima positiva son los siguientes:

1. La autoestima comienza con el niño recibiendo mensajes positivos de usted.
2. Felicite a su niño cuando él o ella haga algo bien o hace un esfuerzo por hacerlo bien.
3. Los niños necesitan que se les diga que son queridos y valorados por lo que ellos son, no sólo por sus logros. No se limite con sus elogios cuando el niño tiene éxito en algo.
4. Trate de recompensar el buen comportamiento y concéntrese menos en el castigo por un mal comportamiento.
5. Mencione algo positivo antes de criticar o dar un comentario negativo a su hijo.
6. Be flexible about how your child does things and encourage your child to come up with his or her own solutions.
7. Establezca metas y expectativas realistas para su hijo. Ayude a su niño o niña a aprender cómo lidiar con decepciones permitiéndole de vez en cuando que experimente el fracaso.
8. Hable con su hijo acerca de cómo él o ella es especial y valioso y déle ejemplos.
9. Muestre satisfacción y hable acerca de sus propios logros. Esto le da permiso a su hijo a ser feliz con sus propios logros.
10. Estar consciente de su propia actitud hacia la apariencia de la gente, y si es necesario, modere el tono de sus comentarios. Los padres que hacen comentarios ya sean positivos o negativos acerca de la apariencia envían un mensaje de que la perfección física es importante. Hable acerca de los atributos que no sean de la apariencia.

### Algunos otros consejos útiles:

1. Trate de no sobreproteger a su hijo a pesar de que a veces puede resultar en que se sienta incómodo o infeliz. Para crecer y desarrollar emocionalmente, es importante que los niños aprendan a recuperarse de las decepciones.
2. Tratar las angustias diarias de los niños como algo esperado y sin alarma para disuadirlos de hacer de las cosas pequeñas cosas más grandes. Maneje los problemas manteniendo la calma y sugiriendo soluciones útiles.
3. Ayude a su hijo o hija a apreciar las diferencias en sí mismo y en otros. Proporcione a su hijo la oportunidad de estar con otras personas que son diferentes a él o ella cultural, física, y racialmente.
4. Conecte su hijo con otro niño o grupo de niños con diferencias faciales para que su hijo pueda ver que no es la única persona con una diferencia facial. Pregúntele a su médico para obtener información de otra familia, únase a un grupo en la línea de Internet o averigüe acerca de un retiro para niños de la Asociación Craneofacial (<http://www.ccakids.com/>).

## LA AUTOESTIMA Y EL AMBIENTE ESCOLAR

En el ambiente escolar, los niños con diferencias faciales pueden encontrar presiones y retos que pueden afectar su autoestima. Los padres deben saber acerca de estos problemas para que puedan ayudar a sus hijos a lidiar con la situación.

**Temas especiales** – En el ambiente escolar, los niños pueden encontrar presión tanto en el aprendizaje como en lo social. Aunque no todos los niños con una diferencia facial tienen problemas de aprendizaje, algunos pueden experimentar problemas con el habla, con la comunicación, con la audición, con la visión, leves y/o fuertes habilidades de movimiento, así como otros desafíos físicos.

**La burla y el acoso** – La burla y el acoso que se producen en el ambiente escolar son difíciles para todos, pero puede llegar a ser especialmente difícil para los niños con diferencias faciales. La burla es más común durante los años de escuela primaria (grados de uno a cinco). En el desarrollo, este es un momento en



que los niños quieren congeniar y ser como sus compañeros, por lo tanto las diferencias se convierten en blanco de las burlas. Además, nuevos ambientes sociales pueden ser especialmente difíciles para los niños con una diferencia facial. Por lo tanto, las burlas pueden ocurrir cuando los niños hacen la transición de un grado a otro o de una escuela a otra.

Debido a que las burlas y el acoso de todos los niños se han convertido en una preocupación nacional, ahora muchas leyes e intervenciones de la escuela se están implementando para lidiar con el problema. Por ejemplo, algunas escuelas han desarrollado grupos de mediación que a menudo son facilitados por los consejeros escolares. En algunas escuelas, los niños pueden llenar una solicitud para un reporte de asistencia si ven a otro niño empujando, chismeando o buscándole problema a otro estudiante. Si un niño es sorprendido intimidando en tres ocasiones, la clase determina un castigo que puede incluir ser detenido el sábado o almorzar solo durante una semana. Otros programas para reducir las burlas y la intimidación incluyen, “No se ría de mí”, creado por la agencia sin fines de lucro Operación Respeto basada en Nueva York, (ver la lista de lecturas recomendadas para información de contacto). Algunos programas van más allá de la intimidación para ayudar a los niños más aislados a involucrarse en actividades de grupo y ofrecer grupos de apoyo en diversos temas incluyendo la autoestima, el estrés y el manejo de la ira.

### Para ayudar a eliminar las burlas y la intimidación los padres deben:

1. ¡Participa! Si la escuela de su hijo no tiene pólizas de burlas e intimidación, usted puede sugerirlas.
2. Programe una reunión con los maestros de su hijo, el director, el consejero y manténgalos informados de cualquier problema que experimente su hijo. El personal de la escuela puede no estar consciente de la magnitud de los problemas.
3. Ofrézcase como voluntario para trabajar en la escuela de su hijo en los programas para aumentar la conciencia acerca de las diferencias. Los padres de un niño más pequeño pueden presentar la información sobre las diferencias faciales a la clase de su hijo. A menudo, sus compañeros de clase son curiosos y carecen de información. Una vez que sus compañeros de clase tengan una mejor comprensión de la condición médica, a menudo son menos temerosos, más tolerantes y menos propensos a burlarse o intimidar al niño.
4. Enseñe y practique con su hijo cómo tener seguridad en sí mismo. A veces un niño va a necesitar ayuda para desarrollar un plan para hacerle frente a un intimidador. Practique formas de responderle a alguien que se esta burlando o que lo esta intimidando. **Ejemplos de respuestas son las siguientes:**
  - “Todavía podemos jugar juntos. Soy igual que tú de otra manera.”
  - “Todo el mundo es diferente de alguna manera.”
  - “Yo nací de esta manera y mis médicos me están ayudando.”

### Cómo ayudar a los niños a desarrollar una buena autoestima en la escuela

Para ayudar a los niños con diferencias faciales a desarrollar resistencia y buena autoestima a pesar de la presión extra de la escuela, los padres pueden hacer lo siguiente:

1. Prepárese para todas las transiciones en la escuela, incluyendo a los maestros nuevos y los niveles de grado, visitando el nuevo maestro de su niño o la escuela de antemano. Si anticipa una transición difícil, hable con el director de la escuela. El director puede ser capaz de ponerle a su hijo con el mejor profesor cualificado para atender las necesidades de su hijo. Reúnase con el personal de la escuela cuando su hijo entre a una escuela nueva, y programe una visita de seguimiento poco después de que empiecen las clases. Reúnase con el maestro de su hijo periódicamente. Para preparar a los niños más pequeños para la transición a un nuevo año escolar, hable con ellos acerca de las actividades y rutinas en la escuela nueva. Considere la posibilidad de organizar reuniones de juego con algunos compañeros nuevos de clase antes de que comience el año escolar.
2. Participe activamente en las actividades escolares de su hijo. Tan temprano como en preescolar o jardín infantil, sirva como un padre voluntario. Además, es posible que pueda visitar el salón de clase para demostrar una habilidad o presentar información de un tema especial, tal como la diferencia facial de su hijo.
3. Continúe participando en la educación de su hijo cuando su hijo pase a la escuela intermedia y secundaria. Asista a las actividades extracurriculares de su hijo y a los programas escolares, y busque oportunidades en las cuales usted puede participar.
4. Ayude a su hijo con las tareas según sea necesario, asistiéndolo en como distribuir el tiempo y como establecer prioridades. Usted también puede ayudar a su hijo a reducir el estrés y la ansiedad ayudándole a establecer límites realísticos sobre las actividades extracurriculares.

5. Comparta sus preocupaciones con el personal apropiado del sistema escolar. Usted puede que quiera involucrarse con la junta escolar local para influenciar en las pólizas referentes a temas como la filosofía de la educación, programas de estudios, tareas, la seguridad escolar, equipos necesarios, necesidades especiales y el uso de la tecnología.

6. Tenga en cuenta que su hijo no siempre puede decir cuando algo negativo está ocurriendo en la escuela. Póngase en contacto con los maestros de su hijo y pregunte acerca de cómo se está desempeñando y si se lleva bien con sus compañeros. Su niño puede necesitar ayuda con este problema, pero no quiere admitirlo o hacerlo una carga para usted.

7. Sea realista y honesto con su hijo para que su hijo sea abierto y honesto con usted. No es realista decirles a sus hijos que no se sientan tristes o molestos si son molestados o provocados. Puede ser muy doloroso o vergonzoso ser llamado por un nombre en frente de los demás. Es importante capacitar a su hijo con las herramientas necesarias para hacer frente a tales situaciones si ocurrieran en el futuro. Reconozca lo difícil que es ignorar a la persona que hiere sus sentimientos.

8. Trate de aliviar situaciones sociales tensas con humor. En la casa, ría con su hijo sobre cosas tontas y hasta sobre las cosas difíciles. Dé un buen ejemplo a su hijo al no tomar todo demasiado en serio. También ayude a su hijo a mejorar las técnicas de auto-calmarse. Por ejemplo, enséñele a su hijo que respire profundamente o que cuente hasta diez antes de responder a otras personas. 9. Si su niño tiene dificultad para hablar con usted acerca de los problemas en la escuela, ofrezca a su hijo que hable con otro miembro de la familia o, si es necesario, con un profesional de la salud mental. Hablar sobre el dolor puede aliviar el dolor emocional que su niño siente. techniques. For example, teach your child to take deep breaths or count to ten before responding to others.

9. If your child has difficulty talking to you about problems at school, offer to have your child speak with another family member or, if necessary, a mental health professional. Talking about the hurt may alleviate the emotional pain your child experiences.

## CONCLUSIÓN

Los padres de los niños con diferencias faciales tienen desafíos únicos en sus esfuerzos para fomentar una buena autoestima en sus hijos. Entender el desarrollo de su hijo y estrategias de afrontamiento puede ayudarle a ser más eficaz al inculcar un fuerte sentido de respeto y amor propio. Esperamos que las estrategias proporcionadas en esta guía le ayuden a promover un sentimiento de orgullo y confianza en su hijo.

## RECURSOS RECOMENDADOS

### Cleft Advocate | Abogado Leporino

P.O. Box 751112 Las Vegas, NV 89136  
(888) 486-1209 | [www.cleftadvocate.org](http://www.cleftadvocate.org)

La información está disponible en este sitio en español

Abogado Leporino, un programa de Ameriface, tiene como objetivo educar y alentar a las familias afectadas por las diferencias faciales, proporcionando oportunidades de educación, redes de apoyo, información sobre las condiciones específicas y enlaces a recursos en la Internet.

### The Cleft Palate Foundation | La Fundación del Paladar Hendido

1504 East Franklin Street, Suite 102 Chapel Hill, NC 27514  
(919) 933-9044 | CLEFTLINE (800) 24-CLEFT | [www.cleftline.org](http://www.cleftline.org)

La información está disponible en este sitio en español

La Fundación del Paladar Hendido es una organización sin fines de lucro que es la parte de servicio público de la Asociación Americana Craneofacial del Paladar Hendido (ACPA). La Fundación del Paladar Hendido proporciona muchos recursos, incluyendo los recursos específicos de cada estado, para los pacientes y las familias afectadas por las diferencias faciales. La fundación también maneja CLEFTLINE, una línea telefónica gratuita que proporciona información sobre las fisuras y otras diferencias faciales.

### Para la página de portada y la contraportada:

El desarrollo de este documento fue apoyado por el Acuerdo Cooperativo Número 1R01DD000294-01 de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC). El contenido es responsabilidad exclusiva de la NFFR y no representan necesariamente la posición oficial del CDC.

### Otras publicaciones de esta serie por myFace:

*Genética: Una Guía para Padres de Niños con diferencias faciales*

*Crianza de Niños: Una Guía para Padres de Niños con diferencias faciales*

*Recursos: Una Guía para Padres de Niños con diferencias faciales*

# Otras publicaciones de esta serie por my·Face

## Genética

Una Guía para Padres de Niños  
con Diferencias Faciales

## Nutrición

Una Guía para Padres de Niños  
con Diferencias Faciales

## Crianza de Niños

Una Guía para Padres de Niños  
con Diferencias Faciales

## Recursos

Una Guía para Padres de Niños  
con Diferencias Faciales



my·Face

333 East 30th Street, Lobby Unit  
New York, NY 10016  
212.263.6656 | [info@myFace.org](mailto:info@myFace.org)

[www.myFace.org](http://www.myFace.org)