



QUÉ DEBE SABER SOBRE EL RECHAZO A LA ESCUELA PARA APOYAR A SU HIJO

Cuando los niños tienen dificultades para ir a la escuela, puede ser molesto tanto para ellos como para los padres.

¿QUÉ ES EL RECHAZO A LA ESCUELA?

El rechazo a la escuela, a veces llamado evasión de la escuela, es un comportamiento en el que un niño habitualmente se resiste o se niega a ir a la misma. Con frecuencia hay estrés emocional ante la idea de ir a la escuela, lo que los lleva a quedarse en casa con el conocimiento de los padres. A pesar de que el rechazo a la escuela puede ser estresante, es un síntoma, no un diagnóstico o desorden.

El rechazo a la escuela *es altamente tratable*. La clave para el éxito es:

1. *Identificación temprana*
2. *Identificar la causa de fondo del comportamiento*
3. *Un rápido regreso a la escuela*

En esta guía, encontrará consejos para entender mejor las conductas relacionadas con el rechazo a la escuela y que puede hacer para ayudar.

¿Qué tan frecuente es el rechazo a la escuela?

El rechazo a la escuela afecta a menos de 1 de cada 20 niños y usualmente aparece primero entre los 5 y 11 años. Dicho esto, más de 1 de cada 4 estudiantes se niegan a ir a la escuela en algún momento y esto puede tomar muchas formas: llegar tarde a la escuela con frecuencia, irse antes de que acabe el día, perderse clases durante el día (esconderse en la enfermería, baño o en la oficina del consejero escolar), o no ir de ninguna manera.

¿Cuándo es más probable que se dé el rechazo a la escuela?

Puede pasar en cualquier momento, pero los ejemplos más frecuentes incluyen:

- Cuando los niños regresan a clases cada otoño y después de las vacaciones de la escuela (más frecuente)
- Pasar de la primaria a la secundaria, o de la secundaria a la preparatoria
- Después de un evento de vida estresante
- Por un problema con un compañero o maestro

El COVID-19 agregó otra dificultad a qué tan bien regresan los niños a la escuela. A pesar de que la mayoría de los niños querían volver a la escuela en persona, para otros es un reto. Después de casi 2 años de diferentes experiencias de vida durante la pandemia, algunos niños que nunca tuvieron dificultades pueden tenerlas ahora para regresar y participar en la escuela.

1. IDENTIFICACIÓN TEMPRANA

Los primeros pasos para tratar el rechazo a la escuela es identificarlo en su hijo. Abajo hay comportamientos habituales en niños que rechazan la escuela. Algunos de estos son síntomas similares a trastornos de salud mental como [ansiedad](#). Una manera de saber si tiene relación con el rechazo a la escuela, es si los síntomas mejoran cuando el niño puede quedarse en casa.

Señales y comportamientos habituales en niños con rechazo a la escuela

Todos los niños

- Quejas físicas: Dolores de cabeza, de estómago, mareos y molestias
- Miedo a la muerte inminente o a que algo horrible les pase a sus seres queridos mientras están en la escuela
- Preocupaciones de COVID-19: Contraer Covid o contagiar a seres queridos, que la escuela cierre, atrasarse con tareas a causa de problemas relacionados con el Covid.

Niños más pequeños

- Apego extremo
- Llorar
- Rabieta

Niños mayores

- Ataques de pánico
- Amenazas de lastimarse a sí mismo
- Negarse a ir a la escuela

2. IDENTIFICAR LA CAUSA PRINCIPAL

Recuerde, el rechazo a la escuela puede ser un síntoma de un problema médico preexistente físico o de comportamiento. Una vez que haya identificado el rechazo a la escuela, es importante que encuentre la causa de este comportamiento en su hijo. Algunas causas posibles pueden ser problemas médicos, familiares o sociales, o una combinación.

Preocupaciones médicas preexistentes que pueden ocasionar el rechazo a la escuela:

- Trastorno de ansiedad por separación
- Trastorno de ansiedad social
- Trastorno de ansiedad generalizada
- Trastorno obsesivo compulsivo
- Trastorno de pánico
- Depresión
- Trastorno de estrés postraumático
- Problemas de aprendizaje
- Condiciones médicas graves
- Trastorno por consumo de sustancias

Preocupaciones familiares o sociales preexistentes que pueden causar el rechazo a la escuela:

- [Acoso](#)
- Familiar cercano con una enfermedad grave (hermano/padre, abuelo)
- Separación/divorcio de los padres
- Muerte en la familia
- Reubicación, escuela nueva
- Incompatibilidad entre estudiante y maestro

3. REGRESO RÁPIDO A LA ESCUELA

Entre más tiempo pase el niño sin ir a la escuela, más crecerá la ansiedad sobre volver y el regreso será más difícil. El tratamiento exitoso del rechazo a la escuela se basa en una fuerte comunicación y cooperación con los padres, [escuelas](#) y médicos que están involucrados.

Qué pueden hacer los padres

- **Ser rápidos** Entre más tiempo pase su hijo sin ir a la escuela, más tareas y eventos sociales se perderá y tendrá más ansiedad sobre regresar a la misma.
- **Hable con su hijo.** [Pregúnteles](#) qué dificulta ir a la escuela.
- **Resuelvan los problemas juntos.** Piensen juntos en maneras de tratar las barreras que hacen difícil ir a la escuela. Haga juegos de roles con ellos. Haga guiones creativos para que los usen cuando regresen o para manejar problemas en la escuela.
- **Sea claro y firme sobre la escuela.** Ponga reglas claras en las condiciones que permiten quedarse en casa (fiebre, vómito, diarrea, etc.), y deje claro que de lo contrario deben ir a la escuela.
- **Trabaje con la escuela.** Trabaje con sus maestros y cualquier otra persona en la escuela para hacer un plan que les permita volver a la escuela gradualmente. Es posible que necesiten volver a la escuela por fases; pasos pequeños hasta que puedan regresar a tiempo completo.
- **Identifique el apoyo.** Identifiquen, junto con su hijo y la escuela, personas de confianza a los que su hijo pueda acudir si necesita ayuda adicional en la misma.
- **Sea positivo.** Hable de manera positiva y enfóquese en los buenos aspectos de la escuela como los amigos, materias favoritas, maestros especiales o buenos recuerdos o experiencias. Trate de tener un equilibrio entre ser positivo y también validar lo que ellos sienten y experimentan.
- **No los avergüence.** Trate de no avergonzar o culpar a su hijo por no ir a la escuela.
- **Haga que la casa sea aburrida.** Regresar a la escuela *debe* parecer más gratificante que quedarse en casa. Este es el caso tanto como para niños pequeños o mayores; no es un día de vacaciones. Por ejemplo, justo como si estuvieran en la escuela, no pueden jugar videojuegos ni ver televisión, tampoco dormir hasta tarde, pasar tiempo de calidad con los padres ni salir de compras.
- **Busque tratamiento para cualquier preocupación médica preexistente.** Si está preocupado por su hijo, [hable con su pediatra](#).

El rechazo a la escuela puede ser un reto difícil, pero se puede tratar con la identificación temprana y un plan para que sus hijos regresen a clases.

Para obtener más información sobre problemas de salud mental por grupo de edad de niños, visite la página para padres y familias del proyecto TEACH en: <http://bitly.com/PTEACH-Family>

Agradecemos especialmente al Grupo de padres asesores del proyecto TEACH, que colaboró en el desarrollo de este folleto.