

EL CASO DE PILAR

CASOS DE NIÑOS DE 6 A 12 AÑOS

Cuando Pilar acudió a vernos tenía diez años de edad. Sus padres nos pidieron ayuda porque tenía varias muelas picadas y era necesario hacerle tres obturaciones.

En la segunda visita al odontólogo se puso tan nerviosa que no pudieron hacerle nada. No se dejó explorar, entró en pánico y se echó a llorar de forma desconsolada.

Sus padres hablaron con ella e intentaron calmarla, pero no lo consiguieron, así que, de acuerdo con el profesional, optaron por fijar una nueva visita.

Pese a que los padres la prepararon a conciencia y aunque la niña prometió portarse bien, al llegar allí ocurrió lo mismo y de nuevo no pudieron realizarle las obturaciones.

Si Pilar no superaba su miedo y no se dejaba empastar las muelas, tendrían que hacérselo con sedación, con el coste que ello conllevaba.

Al evaluar el caso, nos dimos cuenta de que Pilar era una niña muy buena, sin problemas de conducta, responsable, sin dificultades escolares..., pero había desarrollado una fobia al dentista que la bloqueaba por completo. Así que tuvimos que trabajar con ella en desmontar el miedo que la estaba bloqueando, “me va a doler, no voy a ser capaz de resistirlo...” y realizamos un entrenamiento en técnicas de relajación para que fuera capaz de enfrentarse a la visita del dentista y a las obturaciones.

Como en casi todos los casos en los que se trabaja con niños, les mostramos a los padres cómo tenían que realizar los ejercicios para que pudiera entrenarlo a diario, y qué pautas tenían que seguir en las visitas al dentista.

En pocas sesiones, conseguimos que la niña enfrentase con éxito su miedo y lo superase. Pudieron hacerle los tres empastes sin tener que dormirla, y Pilar aprendió a gestionar y vencer sus temores.

Cuando se practican las técnicas de relajación como la respiración abdominal o diafragmática o la relajación muscular progresiva de Jacobson de forma constante, (a

diario durante unos minutos al día) en un periodo de quince días se pueden empezar a observar como las personas empiezan a ser capaces de mejorar su estado de relajación.

Los miedos son expansivos, es decir, cuando no se superan se pueden generalizar y cada vez van a más.