

¿Qué son las ACE y por qué importan?



Las Experiencias Adversas en la Infancia (Adverse Childhood Experiences, ACE) son eventos estresantes en la vida de un niño o adolescente. Las ACE pueden sucederle a cualquier persona (incluso a los adultos) y la mayoría de los estadounidenses han sufrido al menos una.

Tipos de ACE

Los ACE incluyen cosas estresantes como abuso, negligencia, pobreza o un gran cambio en casa. Estos eventos pueden afectar la salud de los niños.

La exposición a las ACE puede causar daños

Los niños tienen experiencias buenas y malas en la vida, y la ciencia demuestra que las experiencias negativas pueden tener efectos a largo plazo en el cerebro y el cuerpo de los niños. El estrés de una ACE es diferente al estrés diario que experimentan todos los niños. Este tipo de estrés puede causar asma, diabetes y enfermedades cardíacas.

¿Qué significan los ACE para usted y su hijo?

El doctor de su hijo puede preguntar acerca de las ACE de su hijo. El doctor puede usar esta información para ayudar a su hijo y conectarlo con servicios útiles.

ABUSO	ABANDONO	INESTABILIDAD EN EL HOGAR	
 Físico	 Físico	 Enfermedad mental	 Pariente encarcelado
 Emocional	 Emocional	 Madre tratada con violencia	 Abuso de sustancias
 Sexual		 Divorcio	

Fuente: Robert Wood Johnson Foundation, 2013

La Buena Noticia

Los ACE no tienen que conducir a problemas de salud. Cuando las familias cuidan a los niños y ofrecen apoyo, los niños se sienten seguros. Otras actividades que pueden ayudar son comer alimentos saludables y dormir bien por la noche. Estas pueden ayudar a reducir el estrés y problemas de la salud de las ACE.

FUENTES

American Academy of Pediatrics. (2018). Sleep. Recuperado de <https://www.healthychildren.org/English/healthy-living/sleep/Pages/default.aspx>

Bucci, M., Marques, S. S., Oh, D., Y HARRIS, N. B. (2016). Toxic Stress in Children and Adolescents. *Adv Pediatr*, 63(1), 403-428. doi:10.1016/j.yapd.2016.04.002

Center on the Developing Child at Harvard University. (2014). A decade of science informing policy: The story of the National Scientific Council on the Developing Child. Recuperado de <https://developingchild.harvard.edu/resources/decade-science-informing-policy-story-national-scientific-council-developing-child>

Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., . . . Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults. The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *Am J Prev Med*, 14(4), 245-258.

Finkelhor, D., Shattuck, A., Turner, H., & Hamby, S. (2015). A revised inventory of Adverse Childhood Experiences. *Child Abuse Negl*, 48, 13-21. doi:10.1016/j.chiabu.2015.07.011

Gilbert, L. K., Breiding, M. J., Merrick, M. T., Thompson, W. W., Ford, D. C., Dhingra, S. S., & Parks, S. E. (2015). Childhood adversity and adult chronic disease: an update from ten states and the District of Columbia, 2010. *Am J Prev Med*, 48(3), 345-349. doi:10.1016/j.amepre.2014.09.006

Khoury, B., Sharma, M., Rush, S. E., & Fournier, C. (2015). Mindfulness-based stress reduction for healthy individuals: A meta-analysis. *J Psychosom Res*, 78(6), 519-528. doi:10.1016/j.jpsychores.2015.03.009

Office of Disease Prevention and Health Promotion. (2018). Chapter 3: Active children and adolescents.

Purewal Boparai, S. K., Au, V., Koita, K., Oh, D. L., Briner, S., Burke Harris, N., & Bucci, M. (2018). Ameliorating the biological impacts of childhood adversity: A review of intervention programs. *Child Abuse Negl*, 81, 82-105. doi:10.1016/j.chiabu.2018.04.014

Yousafzai, A. K., Rasheed, M. A., & Bhutta, Z. A. (2013). Annual Research Review: Improved nutrition—pathway to resilience. *J Child Psychol Psychiatry*, 54(4), 367-377. doi:10.1111/jcpp.12019

