

# Niños que casi no crecen o tienen los huesos débiles

En este capítulo hablamos sobre los niños que tienen los huesos débiles y deformes, y sobre los niños que crecen menos que los demás. Incluimos el **raquitismo**, la **enfermedad de los huesos quebradizos** y el **enanismo**. Un niño con cualquiera de estas condiciones puede llegar a tener las **piernas zambas**, y a menudo la forma o el tamaño de sus huesos son anormales.

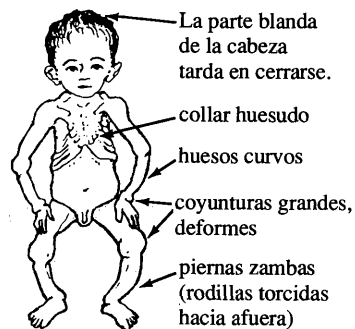
## RAQUITISMO

El raquitismo es la debilidad y deformidad de los huesos causadas por la falta de vitamina D. La vitamina D se encuentra en la leche, la mantequilla, la yema del huevo, las grasas animales y el hígado, sobre todo en el aceite de hígado de pescado. El cuerpo también produce su propia vitamina D cuando le pega el sol en la piel. Los niños que no comen suficientes comidas con vitamina D, y que no reciben suficiente luz del sol, poco a poco van mostrando señas de raquitismo.

En algunos países es bastante común el raquitismo, sobre todo en las zonas montañosas frías de Asia y de América Latina donde se mantiene a los niños encerrados y arropados. También está aumentando el raquitismo en las ciudades muy pobladas, donde raras veces se saca a los niños a asolearse.

El **tratamiento** para el raquitismo es tomar aceite de hígado de pescado y pasar tiempo asoleándose. La mejor manera de **prevenir** el raquitismo y la más barata es asegurándose que al niño le dé el sol en la piel. Las comidas que contienen vitamina D también ayudan.

### SEÑAS DE RAQUITISMO



## ENFERMEDAD DE LOS HUESOS QUEBRADIZOS

El niño nace con los *miembros* doblados o torcidos, o con huesos rotos. (O parece normal al nacer y los huesos se le empiezan a quebrar después.) Quizás el niño empiece a caminar más o menos a la edad normal, pero es probable que el aumento de deformidades debido a las roturas pronto le impida caminar. Debido a todos los huesos rotos y doblados, estos niños quedan muy bajos de estatura. A veces los padres no se dan cuenta cuando el niño se rompe un hueso.

La enfermedad de los huesos quebradizos no es común. A veces es heredada y varios familiares tienen el mismo problema.

No hay tratamiento médico para esta enfermedad. Pero a veces se puede hacer una operación, metiendo una varilla de metal por los huesos de las piernas, para enderezarlos y reforzarlos. Esto le puede ayudar al niño a caminar por unos años, pero es probable que tarde o temprano necesite una silla de ruedas para moverse de un lugar a otro. Los problemas de la espalda aumentan con la edad; un corsé puede ser de ayuda. (Vea la pág. 164.)

Muchas veces, los niños con esta enfermedad son inteligentes y tienen éxito en la escuela. El aumento de la sordera puede llegar a ser un problema. Ayude a estos niños a desarrollar sus mentes y a adquirir habilidades que no requieran fuerza física. El niño debe aprender a proteger su cuerpo contra las roturas. Sirve que duerma sobre una cama firme.

### SEÑAS DE LA ENFERMEDAD DE LOS HUESOS QUEBRADIZOS

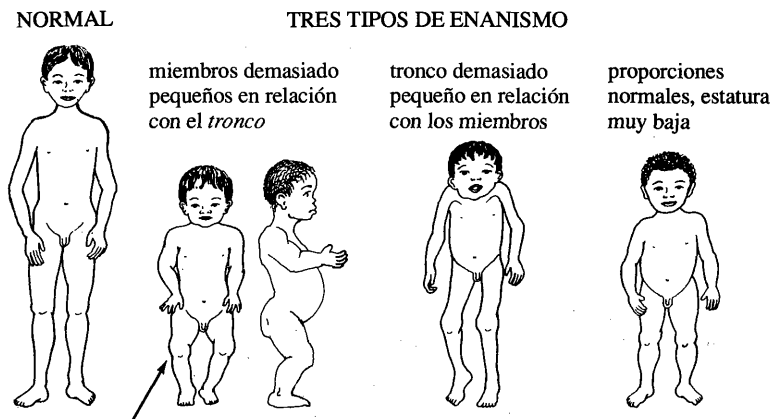


## NIÑOS QUE CRECEN POCO (Enanismo)

A menudo, los padres se preocupan cuando su niño no crece tan rápido como los demás. Un niño puede ser bajo de estatura por muchas razones. Aquí presentamos sólo algunas.

- **Crecimiento lento normal.** Ciertos niños crecen más despacio y maduran sexualmente más tarde que otros. Si en otras formas el niño es normal y saludable, no se preocupe. Probablemente crecerá más rápido cuando empiece a madurar sexualmente, aún cuando esto suceda hasta los 15, 16 ó 17 años de edad.
- **Estatura baja normal.** Cuando ambos padres son de estatura baja, es posible que tengan hijos que también sean bajos de estatura. Ser bajo de estatura es de familia y es normal. Sólo asegúrese que el niño esté saludable y coma bien.
- **Desnutrición.** Algunos niños no crecen normalmente porque no comen lo suficiente o lo que su cuerpo necesita. Pueden verse normales excepto que son delgados, bajos, barrigones y enfermizos. O puede que les falte energía, y se vean tristes o tengan hinchados los pies, las manos y la cara. Estos niños necesitan más y mejor comida. (Vea la pág. 321.) Tal vez también necesiten más estímulos, juegos, cariño y atención para que crezcan y se desarrollen más rápidamente. (Vea el Capítulo 35.)
- **Enfermedades o medicamentos de largo plazo.** Una enfermedad grave y prolongada puede retrasar el crecimiento. Además, ciertas medicinas como la cortisona o los esteroides para la *artritis* pueden retrasar el crecimiento y debilitar los huesos si se toman por mucho tiempo.

- **Enanismo.** Algunos niños nacen con un problema que no permite que su cuerpo crezca normalmente. Este problema se presenta en diferentes formas y por diferentes causas. Es hereditario en uno de cada 5 de estos niños, y algunos de sus parientes también serán bajos de estatura.



Los niños con el tipo más común de enanismo, tienen las piernas y los brazos muy pequeños en relación con el tronco. Tienen la cabeza grande, la frente abultada y el puente de la nariz plano. A menudo tienen la cintura hundida, la barriga redonda y las piernas zambas. También es común que tengan problemas de la cadera, los pies zambos, problemas de la vista y pérdida del oído.

## Tratamiento

Para la mayoría de los niños de estatura baja, incluyendo a los que sufren de enanismo, no hay tratamiento médico. En muchos países, los doctores les recetan hormonas de 'crecimiento' a los niños bajos de estatura para que crezcan más rápidamente. Al principio, estas hormonas pueden hacer que el niño crezca un poco, pero poco después hacen que maduren sus huesos y que dejen de crecer, de manera que el niño queda más bajo de lo que hubiera sido sin tratamiento. **No le dé hormonas a un niño para acelerarle el crecimiento.**

A veces, los niños que son muy bajos para su edad sufren porque otros niños se burlan de ellos, o porque la gente los trata como si fueran menores de lo que realmente son. La vida puede ser difícil para ellos y pueden sentirse tristes o muy inseguros. Es importante que todos traten a estos niños como a cualquier otro niño de su edad. Las actividades NIÑO-a-niño pueden ayudar a los otros niños a ser más comprensivos. (Vea el Capítulo 47.)