

## Hoja de Hechos para Familias

# Pica

Pica es el acto de comer cosas que no son alimentos. A pesar de que los niños pequeños son curiosos acerca de su ambiente y predeciblemente ponen todo en su boca, los niños con pica van más allá de la simple exploración de sus alrededores.

La enfermedad de comer “pica” se define típicamente como comer compulsivamente cosas que no son alimentos por un período de al menos un mes a una edad por lo cual esta conducta es inapropiada para su desarrollo (después de los 18 hasta los 24 meses). Esto es diferente de geofagia, comer tierra intencionalmente asociada con prácticas culturales.

### ¿Cuáles cosas se consumen que no son alimentos?

Lo que la gente considera impropio para comer varía por región y por etnicidad. Las personas con “pica” frecuentemente desean y comen cosas tales como arcilla, tierra, arena, piedras, cabello, heces, plomo, almidón, guantes de vinilo, plástico, borradores de lápices, hielo, uñas, papel, pelados de la pintura, carbón, tiza, madera, yeso, bombillos, crema dental, agujas, cuerdas y cerillos quemados.

### ¿Qué causa la “pica”?

Aunque las causas específicas de la “pica” se desconocen, numerosas teorías han sido propuestas que van desde una deficiencia en la nutrición (por ejemplo: una deficiencia de hierro, calcio o zinc) hasta angustia emocional e irregularidades en el desarrollo.

### ¿Qué tan dañino es comer sucio?

Continuar comiendo cosas que no son comida puede ser dañino para la salud de su niño. Dependiendo de la naturaleza y la cantidad de objetos ingeridos, esto puede causar los siguientes problemas de salud:

- Envenenamiento por plomo. Comer tierra contaminada con plomo es una causa reconocida de envenenamiento con plomo.
- Malnutrición. Consumir cosas que no son comida

deja menos oportunidades para comer alimentos nutritivos.

- Problemas intestinales. Comer objetos que se pudieran alojar en los intestinos puede llevar a una obstrucción intestinal o a un daño.
- Lesión dental. Consumir sustancias duras puede dañar los dientes.
- Infecciones parasitarias. Comer tierra ha sido demostrado ser un factor de riesgo significativo por la exposición a los parásitos transmitidos por la tierra e infecciones.

### ¿Cuáles son las otras maneras por las cuales los niños ingieren cantidades considerables de tierra?

Los alimentos contaminados, manos con tierra, e inhalar polvo añade tierra a nuestra dieta. Las observaciones muestran que la conducta normal en los niños pequeños (por ejemplo: poner objetos en su boca, jugar con animales, manejar comida, comer después de jugar afuera, chupar dedo, comer uñas, jugar en cajas de arena, y hacer otras actividades de la mano a la boca) pueden además contribuir a la exposición a la tierra y al polvo. Sin embargo, la extensión de la exposición depende de factores tales como dónde juegan los niños, qué visten, y con qué frecuencia se lavan las manos.

### ¿Cuándo debería llamar usted a su proveedor de salud?

Se puede necesitar ayuda profesional si:

- Su niño está constantemente comiendo objetos que no son comida.
- Usted tiene preocupaciones acerca del crecimiento de su niño
- Su niño está indispuesto, cansado o no está comiendo.
- Las horas de la comida causan mucha tensión y ansiedad.

Si su niño ha consumido un objeto dañino, busque cuidado médico inmediatamente. Si usted piensa que su niño ha ingerido algo venenoso, llame al Control de Envenenamiento al (800) 222-1222.

por A. Rahman Zamani, MD, MPH

### Referencias y Recursos:

Pediatrics, Abril del 2004. La Conducta y la Fisiología de los Niños y cómo esto afecta la Exposición a los Contaminantes Ambientales. En el Internet en <http://pediatrics.aappublications.org/cgi/search?qbe=pediatrics;29/6/1012&journalcode=pediatrics&minscore=500>



Provided by California Childcare Health Program  
For more information, please contact:  
Healthline 1-800-333-3212

Distributed by: