

Halloween y el miedo infantil: cuando el entretenimiento deja de ser un juego

Maritza Escobar Montero – Académica Facultad de Educación, U. Central

Se acerca Halloween y, con él, las películas de terror se convierten en parte del panorama familiar. Zombis, asesinos enmascarados y escenas aterradoras pueden parecer un entretenimiento inofensivo para los adultos. Sin embargo, pocas veces nos detenemos a pensar qué está viviendo el niño o la niña que comparte ese momento con nosotros.

Durante la primera infancia, distinguir entre fantasía y realidad es una capacidad que todavía está en desarrollo. Lo que para un adulto es ficción, para un niño pequeño puede convertirse en una amenaza real, incluso después de apagar el televisor.

Las consecuencias pueden manifestarse en pesadillas, miedo a dormir solos, despertares nocturnos o rechazo a permanecer a oscuras. En algunos casos, especialmente en niños con mayor sensibilidad o tendencia a la ansiedad, estas experiencias pueden provocar episodios de angustia. Por eso, es importante observar sus reacciones y no minimizar sus temores.

Esto no significa que el miedo sea un enemigo. Los cuentos de brujas y fantasmas han acompañado la infancia durante generaciones, y experimentar temor en un entorno seguro puede ayudar a reconocer y manejar las emociones. La clave está en considerar la edad, el tipo de contenido y el acompañamiento de los adultos.

¿Qué podemos hacer? Respetar las clasificaciones por edad, ver contenidos junto a los niños y conversar después sobre lo que sintieron o entendieron son medidas que pueden marcar una diferencia. También es importante prestar atención a cambios persistentes en el sueño o el comportamiento y consultar con un especialista si interfieren con su vida cotidiana.

El cuidado tampoco termina en casa. Durante una pijamada o al utilizar el celular de un compañero, los niños pueden encontrarse con contenidos que sus familias no les permitirían ver. Hablar con otros adultos y establecer límites compartidos también forma parte de su protección.

Halloween puede ser una fiesta entretenida, con disfraces, dulces, cuentos de misterio y películas apropiadas para cada edad. Lo importante es recordar que no todos los niños están preparados para procesar las mismas imágenes. El miedo, cuando se elige y se acompaña, puede ser un juego. Cuando se impone sin cuidado, deja de serlo.