

## Señales Comunes que Indican que un Niño Puede Necesitar Ayuda



- Severa disminución del rendimiento escolar
- Notas bajas a pesar de esfuerzos
- Excesiva preocupación o ansiedad
- Dormir mucho o poco
- Irregularidad en la alimentación
- Sensación de inutilidad
- Desobediencia persistente
- Depresión, tristeza o irritabilidad
- Hiperactividad o moverse nerviosamente
- Abuso de drogas
- Cambios de estado de animo severos o rápidos

## Donde buscar ayuda

Si sospecha que existe un problema o tiene preguntas consulte al medico de su familia o a un profesional de salud mental.

Para mas información y referencias sobre el tipo de servicios disponible para jóvenes, niños y familias comuníquese con Nassau County Family Support System of Care al (516) 227-7380



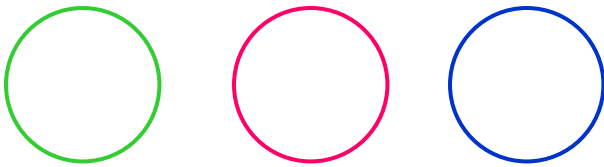
La Salud  
Mental  
de los Niños  
Importa

Mes de la  
Concientización  
sobre la Salud  
Mental de los  
Niños  
Mayo 2010



Presentado a usted por:





## Mes de la Concientización sobre Salud Mental

El mes de mayo está dedicado a incrementar la toma de conciencia pública sobre los triunfos y retos en la salud mental de los niños y enfatizar la importancia de la participación de familia y jóvenes en el movimiento de salud mental. Este mes promueve la salud mental positiva, el bienestar y desarrollo social de todos los niños y jóvenes.

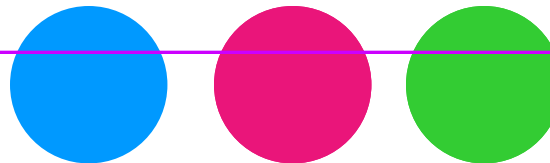


## Datos sobre la Salud Mental de los Niños

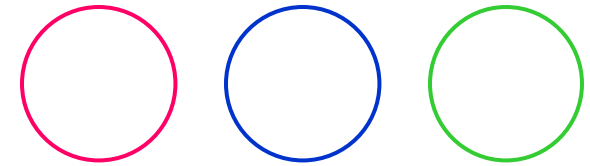
- 21% de niños en EE.UU. entre 9 a 17 años tienen problemas de salud mental que se pueden diagnosticar
- 79% de esos niños no reciben cuidado de salud mental
- El suicidio es la tercer causa principal de muerte en jóvenes de 15 a 24 años en Nueva York
- Desórdenes de ansiedad, de humor (depresión, bipolar) y de conducta (déficit de atención, desorden de hiperactividad) son los problemas de salud mental mas comunes en niños y jóvenes
- El porcentaje de éxito en tratamientos de problemas de salud mental en niños es 80%



\*Fuente: Instituto Nacional de Salud Mental y la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Drogas .



## Qué Hacer y Qué No Hacer para Combatir el Estigma



### Qué Hacer

- Use lenguaje respetuoso
- Enfatice habilidades y fortalezas, no limitaciones
- Hable con alguien si expresa actitudes que estigmatizan

### Qué No Hacer

- Use etiquetas genéricas como retardado o mentalmente enfermo
- Use términos como loco, lunático, maniaco-depresivo, o lento para funcionar

### Siempre recuerde

- La salud mental de cada niño es importante
- Los problemas de salud mental se pueden identificar y tratar con éxito
- La educación y la toma de conciencia son las acciones mas importantes para eliminar el estigma

