

SIGNOS DE ALERTA DE POSIBLES PROBLEMAS EMOCIONALES FAMILIAS DE EDUCACIÓN PRIMARIA

A continuación, se presentan los signos de alerta que pueden indicar algún tipo de problemática emocional en niños y niñas de la edad de Educación Primaria, por tanto, de 6 a 12 años aproximadamente.

¿QUÉ ES UN SIGNO DE ALERTA?

Un signo de alerta es un comportamiento que se sale de lo esperado a la edad y desarrollo de los niños que podría indicar que hay un problema emocional.

Los signos de alerta deben ser valorados y tenidos en cuenta para tomar decisiones. También es cierto que en algunas ocasiones son “falsos positivos”, es decir, falsas alarmas.

En cualquiera de los casos, un signo de alerta nunca sirve para realizar un diagnóstico de ninguna problemática, solo es una señal que es conveniente tener en cuenta.

¿CUÁNDO TENERLOS EN CUENTA?

En la siguiente página encontrarás una lista de los signos de alerta habituales que pueden presentar sobre problemas emocionales los niños de 6 a 12 años aproximadamente.

A la hora de tenerlos en cuenta como signos de alerta debes tener en cuenta estos criterios:

- **Continuidad en el tiempo.** El primer criterio es que tengan una cierta continuidad en el tiempo: considera que estén presentes durante al menos, **dos semanas**.
- **Intensidad.** Que tengan cierta intensidad. Para valorar este aspecto puede tener en cuenta que sean frecuentes, que observéis que el niño tiene cierto malestar o que le está afectando en su funcionamiento diario: en los estudios, en la relación con otros niños o en la vida familiar, entre otros. En cualquier caso, ante la duda, consúltalo.

¿QUÉ DEBES HACER SI DETECTAS ALGUNO DE LOS SIGNOS DE ALERTA?

Si observas que tu hijo o hija presenta alguno de los signos de alerta que se presentan en la siguiente página, y cumple los criterios de continuidad en el tiempo o intensidad, puedes consultarlo con diferentes especialistas:

- **La tutora o el tutor.** Una primera opción que suele ser muy efectiva es consultarlo en el colegio con su tutor o tutora. Suele conocer bastante bien a tu hijo o hija y puede comparar con lo que ocurre con niños de su edad.
- **El orientador del colegio.** En muchos colegios hay un orientador. También lo puedes consultar con él y puede hacer una primera valoración, ofrecerte pautas e incluso recomendarte acudir a otro especialista si fuera necesario.
- **El pediatra.** También puedes consultarlo con el pediatra. Él valorará los signos de alerta y puede darte algunas pautas o derivar a otros especialistas.
- **Psicólogo infantil.** Finalmente, puedes consultar los signos de alerta con un psicólogo infantil que valore la situación y te ofrezca pautas y los pasos a seguir.

SIGNOS DE ALERTA DE POSIBLES PROBLEMAS EMOCIONALES FAMILIAS DE EDUCACIÓN PRIMARIA

Las siguientes conductas pueden ser signos de alerta de problemas emocionales.

Marca con una "X" si observas alguno de ellos en tu hijo o hija.

<input type="checkbox"/>	Has notado un cambio negativo en su rendimiento escolar o en su comportamiento.
<input type="checkbox"/>	Presenta quejas somáticas como dolor de cabeza, dolor de tripa, mareos... al menos una vez a la semana, sin una causa médica aparente.
<input type="checkbox"/>	Se preocupa en exceso por diferentes situaciones o causas.
<input type="checkbox"/>	Se le ve triste y decaído.
<input type="checkbox"/>	No quiere ir al colegio.
<input type="checkbox"/>	Parece más irritable o sensible: se enfada o llora con más facilidad o tiene explosiones de ira desproporcionadas.
<input type="checkbox"/>	Muestra apatía por todo o parece no disfrutar con nada.
<input type="checkbox"/>	Se muestra excesivamente miedoso o miedosa ante algunas cosas.
<input type="checkbox"/>	Ha perdido el interés por actividades que antes le gustaban.
<input type="checkbox"/>	Se queja de estar solo o de que no tiene amigos.
<input type="checkbox"/>	Es un poco imprevisible: cambia de humor sin motivo aparente
<input type="checkbox"/>	Hace comentarios pesimistas con cierta frecuencia: "todo está mal".
<input type="checkbox"/>	Llora o se agobia en exceso si algo no le sale bien.
<input type="checkbox"/>	Parece que tiene baja autoestima.
<input type="checkbox"/>	Hace comentarios que expresan sentimientos de culpabilidad
<input type="checkbox"/>	Se agobia o se pone excesivamente nervioso cuando tiene un examen.
<input type="checkbox"/>	Expresa excesivo miedo al fracaso en los estudios.
<input type="checkbox"/>	Le asusta o le agobia la multitud de niños.
<input type="checkbox"/>	Hace comentarios negativos y despectivos sobre su cuerpo o su aspecto físico.
<input type="checkbox"/>	Le cuesta mucho separarse de su madre o de su padre.
<input type="checkbox"/>	Ha vuelto a realizar conductas más infantiles que ya tenía superadas.
<input type="checkbox"/>	Han cambiado su pauta de sueño: duerme muy poco o duerme en exceso.
<input type="checkbox"/>	Se ha autolesionado.
<input type="checkbox"/>	Hace comentarios sobre la muerte o que le gustaría morir.
<input type="checkbox"/>	Otras conductas que te llamen la atención.

Si has marcado alguno de los signos de alerta, tienen una cierta continuidad en el tiempo (desde hace dos semanas o más) y cierta intensidad, debes comentarlo con el tutor del colegio, el orientador o el pediatra.