

La salud mental de su hijo: bienestar mental en niños en edad escolar

Los niños cambian rápidamente entre los 6 y los 12 años. Cuando lleva a su hijo a una consulta de atención primaria, las preguntas que hace son muy diferentes según la edad que tiene el niño.

A medida que los niños crecen, usan las competencias básicas que aprendieron durante los primeros cinco años de vida para ampliar su mundo. Según los educadores, los niños pasan de "aprender a leer" a "leer para aprender" alrededor de los 9 años. El juego imaginario comienza a ser más complejo. Presentan argumentos más profundos y un enfoque en el poder y en la capacidad para completar las tareas. Los niños también aprenden las reglas complejas de juegos de mesa, videojuegos o juegos que ponen en práctica al aire libre.

Para obtener más información sobre los hitos del desarrollo social y emocional que los niños alcanzan a esta edad, consulte los folletos titulados [Guía para padres de niños de entre cinco y diez años](#) y [Guía para padres de niños de entre diez y doce años](#).

PREGUNTAS QUE DEBE RESPONDER ANTES DE UNA CONSULTA DE ATENCIÓN PRIMARIA (NIÑOS DE 6 A 12 AÑOS)

Mientras se prepara para la consulta de atención primaria de su hijo, tómese un momento para pensar sobre su salud mental y física. Ciertos problemas de salud mental son más frecuentes en los niños que están en edad escolar. Por ejemplo:

- Los niños en edad escolar que tienen depresión presentan muchas dolencias físicas, como dolores de estómago o de cabeza.
- Los niños con trastorno por déficit de atención con hiperactividad (ADHD) podrían tener dificultades para resistir a las tentaciones normales que otros niños aprenden a controlar.
- Los problemas de aprendizaje pueden volverse evidentes durante esta etapa en la que las competencias de lectura, escritura y matemáticas son muy importantes.

En esta etapa, los niños comienzan a pasar mucho más tiempo en el aula que cuando eran más pequeños. Por lo tanto, es posible que sean los maestros de su hijo los que le informen sobre estos problemas. Durante esta etapa, una parte de la función de los padres es acortar la brecha entre la escuela y el consultorio del médico. Hable con el médico si su hijo tiene problemas en algunas de estas áreas.

Para prepararse para la consulta de atención primaria de su hijo, piense en estas preguntas:

- ¿Se ve feliz su hijo?
- ¿Tiene su hijo muchas preocupaciones?
- ¿Lee su hijo? ¿Qué lee?
- ¿Tiene su hijo molestias o dolores?
- ¿Cómo duerme su hijo?
- ¿Cómo come su hijo?
- ¿Cómo se comporta su hijo cuando se siente frustrado? ¿Cómo responde a los límites?
- ¿Tiene su hijo un mejor amigo? ¿Qué tipo de cosas hacen juntos?
- ¿Tiene el maestro alguna preocupación sobre su hijo? ¿Tiene el maestro alguna preocupación sobre la atención de su hijo?
- ¿Le preocupa el aprendizaje o el comportamiento de su hijo, aunque el maestro le diga que no tiene que preocuparse?

RESUMEN

Tenga en cuenta que no hay respuestas incorrectas a estas preguntas y que ninguna respuesta es garantía de que hay un problema. Sin embargo, si las respuestas lo hacen pensar, considérelas como una oportunidad para hacer más preguntas. También haga participar al médico en estas conversaciones. Usted conoce a su hijo mejor que cualquier otra persona. Si tiene alguna pregunta, su médico puede ayudarlo a descubrir si hay un verdadero motivo de preocupación.