

# ¿Qué es Salud Mental?

La salud mental es el estado de bienestar resultante de la interacción funcional entre la persona y su ambiente, y la integración armoniosa en su ser de un sinnúmero de factores.



Carr. #2 Km. 8.2  
Bo. Juan Sánchez  
Villa 15  
(Antiguo Hospital Mepsi Center)  
Bayamón, P.R.

P.O. Box 607087  
Bayamón, P.R. 00960-7087

Cuadro Telefónico  
**787-763-7575**



**Línea PAS**  
**1-800-981-0023**  
**1-888-672-7622 TDD**  
7 días/ 24 horas



[www.assmca.pr.gov](http://www.assmca.pr.gov)



# Salud Mental en la Niñez

División de Niños, Jóvenes y sus Familias



## ¿Qué significa tener Salud Mental en la Niñez?

- Alcanzar los indicadores del desarrollo y los emocionales
- Aprender habilidades sociales saludables
- Aprender cómo enfrentar los problemas que puedan presentarse

## ¿Qué son los trastornos mentales infantiles?

Son cambios serios en su forma habitual de aprender, comportarse o manejar las emociones, lo cual causa angustia y problemas en las actividades diarias.

La **niñez** es la etapa del desarrollo humano que comprende el periodo de vida desde el nacimiento hasta los 12 años.

### Las señales de aviso de cuándo podría ser un problema más serio incluyen:

- Problemas en diferentes escenarios (escuela, casa, etc.)
- Cambios en el apetito o el sueño
- Aislamiento social o miedo a cosas que antes no le causaba temor
- Volver a portarse como un niño pequeño; por ejemplo, orinarse en la cama
- Señales de estar molesto, tristeza o llanto
- Signos de hacerse daño a sí mismo, como golpearse la cabeza o de repente herirse a menudo
- Pensamientos repetitivos sobre la muerte

## Identifiqué señales, ¿qué hago?

Visitar un profesional de la salud puede ayudar a aclarar los problemas en el comportamiento de un niño y brindar seguridad o resultar en recomendaciones para los próximos pasos.

### Tratamiento puede incluir:

- Psicoterapia
- Medicamentos
- Consejería familiar
- Apoyo para padres

National Institute of Mental Health. (2019). Los niños y la salud mental. Recuperado de <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/los-ninos-y-la-salud-mental/index.shtml> MedlinePlus (2019). Salud Mental del Niño. Recuperado de <https://medlineplus.gov/spanish/childmentalhealth.html> Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC). (2019). La Salud Mental de los Niños. Recuperado de <https://www.cdc.gov/childrensmentalhealth/spanish/basics.html>.

