

- No acuden a los adultos que conocen para que les den apoyo o ayuda
- Presentan cambios repentinos en su comportamiento



### Niños preescolares

- Incapaces de jugar con los demás o con objetos
- Falta de lenguaje o sonidos de comunicación o tacto
- Frecuentemente pelean con los demás
- Demasiado tristes, aislados
- Cambios extremos de temperamento
- Anormalmente miedosos
- Reacciones inapropiadas en ciertas situaciones, por ejemplo, reír en lugar de llorar
- Extremadamente activos



- Pérdida de destrezas adquiridas anteriormente, (por ejemplo, ir al baño, de lenguaje, destrezas motrices)
- Cambios repentinos de comportamiento
- Muy propensos a los accidentes
- Hacerse daño a sí mismo y/o hacerle daño a los demás
- Anormalmente inmaduros

### Siempre tome en cuenta:

- ¿Qué tan grave es el comportamiento?
- ¿Cuántas semanas o meses ha durado este comportamiento?
- ¿Cuánto tiempo dura este comportamiento? (por ejemplo: minutos, horas)
- ¿Cómo es su comportamiento en relación al de otros niños de la misma edad?
- ¿Existen acontecimientos en el centro de cuidado, o en el hogar, que mejoran o empeoran el comportamiento?

Si el niño demuestra alguno de los comportamientos descritos anteriormente y sus respuestas a las preguntas indican un comportamiento problemático, entonces:

- Hable con un colega o supervisor
- Hable con la familia del niño
- Reconozca diferencias culturales
- Obtenga más información
- Busque ayuda profesional

Recuerde, siempre es mejor obtener mayor información y ayuda cuando identifica comportamientos en el niño que podrían poner en riesgo su desarrollo saludable. Comuníquese con las familias y juntos colaboren. También recuerde de cuidar de su propia salud mental y física.

Adaptación de la publicación CA-0037, del Departamento de Salud y Servicios



Healthy Start Coalition of Miami-Dade  
701 SW 27th Avenue • Suite 1401  
Miami, FL 33135  
Phone: 305-541-0210 • Fax: 305-541-0213  
[www.hscmd.org](http://www.hscmd.org)

## Para Profesionales de la Primera Infancia

### Salud Mental Infantil: Apoye el desarrollo social y emocional



## La Salud Mental es Importante

Healthy Start Coalition of Miami-Dade

## Apoye el desarrollo emocional y social!

Como especialista de la primera infancia, usted juega un gran papel en el desarrollo de los bebés, de los niños de 1- 3 años, y de los preescolares que están a su cuidado. Los estudios demuestran que la forma en que usted habla y juega con los niños durante sus primeros años afecta lo siguiente:

- El desarrollo emocional y social (La salud mental)
- La capacidad de aprendizaje
- El funcionamiento futuro



### La salud mental es importante

Los niños aprenden de los familiares, las amistades, las comunidades, de su cultura, y de todas las personas encargadas de cuidarlos. Como proveedor de cuidado de la primera infancia, usted ayuda a los niños a:

- Manejar el estrés
- Sentirse seguros de sí mismo
- Aprender a valorarse a sí mismo
- Aprender y dominar destrezas nuevas
- Aprender a comportarse y controlar sus impulsos por sí mismos
- Relacionarse confiadamente con otros

- Para crecer y aprender, los niños requieren de estas cualidades al igual que de una buena salud física.

### Fomente la salud y el bienestar de todos los niños

1. Aprenda sobre las etapas de desarrollo social y emocional
2. Respete e infórmese sobre la cultura de los niños y sus familias
3. Hable con los niños sobre sus sentimientos – ayúdelos a expresar sus sentimientos con palabras
4. Sonría y ría frecuentemente – demuestre alegría
5. Fomente la amistad y el juego entre los niños
6. Ayude a los niños a que aprendan a respetar los sentimientos y pertenencias de los otros
7. Utilice diferentes métodos positivos de instrucción, por ejemplo: como escuchar atentamente, como redirigir (ofreciendo otra actividad), y reforzar el buen comportamiento
8. Enséñeles como resolver problemas y solucionar conflictos



### Consideraciones especiales para la salud mental y el bienestar infantil

- Responda pronto y con calma cuando lloren y estén fastidiados
- Cargue, arrulle, mime y tenga contacto físico

frecuentemente con su bebé

- Haga que las rutinas de cuidado sean agradables
- Repita los sonidos que el bebé haga. Alterne entre cantar, escuchar y hablar
- Mantenga horarios específicos para la hora de dormir, de comer, y jugar, según las necesidades de cada bebe
- Déles una variedad de oportunidades, lugares y posiciones donde se puedan mover activamente
- Jamás pegue, amenace, agite, o avergüence a los bebés



**Los comportamientos descritos a continuación podrían indicar que la salud mental del niño está en riesgo:**

### Bebés y niños de 1-3 años

- Demuestran muy poca emoción
- No demuestran interés en sus alrededores
- Rechazan o evitan que los toquen, los carguen o no juegan con los demás
- Resulta difícil calmarlos o consolarlos
- Son incapaces de calmarse por sí mismos
- Temor excesivo o estar siempre a la defensa