

# CUIDADO DE LA SALUD MENTAL DESDE LA NIÑEZ

## Medidas a tener en cuenta con los chicos

- ▶ Estimular a los niños para un adecuado desarrollo emocional y psicológico.
- ▶ Favorecer conductas adecuadas en el plano emocional como así también adecuar la integración de los niños a nivel familiar y social.
- ▶ Promover el respeto y cuidado de bienes e instruir sobre conductas sociales adecuadas.
- ▶ Protegerlos de ambientes no seguros, conocer sus vínculos, los lugares que frecuentan, identificar posibles factores de riesgo, limitar el tiempo de uso de la computadora, video juegos, internet o televisión para que puedan desarrollar actividades recreativas en grupo o de lectura y promover actividades creativas.
- ▶ Respetar el derecho a un área segura dentro de un límite visible para que se sienta seguro, cómodo y que pueda jugar libremente, siempre cuidando su seguridad.
- ▶ Fomentar su actividad creativa, promover un ambiente cordial a nivel familiar para un adecuado crecimiento emocional.



## CONTROL DEL NIÑO SANO

La consulta con el pediatra en forma periódica, según la edad de los niños, debe realizarse con el objetivo de controlar, no sólo el crecimiento del mismo (peso, estatura) y su grado de desarrollo y maduración sino, además, para supervisar su estado nutricional, la realización de actividad física, la aplicación de vacunas y la identificación y, eventualmente, derivación al especialista en caso de detectar alguna situación que así lo requiera.



## IDENTIFICAR Y CONSULTAR:

- ▶ Ante la presencia de llanto fácil, angustia, falta de comunicación o dificultad en integrarse socialmente, ante la presencia de hiperactividad, dificultad para permanecer sentado o tranquilo, hablar excesivamente o hacer demasiado ruido, inquietud o intranquilidad.
- ▶ Ante problemas de relación o violencia con hermanos, amigos, padres, maestros y/o compañeros.

- ▶ Ante la presencia de pérdida o falta de atención, hostilidad, ansiedad.
- ▶ Ante conductas alimentarias anormales, como falta de apetito.
- ▶ Ante anomalías en la visión, trastornos de audición o retraso escolar.
- ▶ Ante situaciones de rechazo entre sus pares.

**“La violencia y maltrato son hechos perjudiciales en el desarrollo psicológico de los niños.”**



**MEDICINA PREVENTIVA**  
CALIDAD DE VIDA



**OSFATLYF**



OBRA SOCIAL DE LA FEDERACIÓN ARGENTINA  
DE TRABAJADORES DE LUZ Y FUERZA

La Superintendencia de Servicios de Salud tiene un servicio telefónico gratuito para recibir desde cualquier punto del país, consultas o reclamos.  
Av. Roque Sáenz Peña (C1035AAN) Tel.: (011) 4344-2800 - Línea gratuita: 0800-222-72583 (SALUD) de Lunes a Viernes de 10:00 a 17:00 hs.

**OSFATLYF:** Brasil 764 - Ciudad Autónoma de Buenos Aires - **Tel.: 0800-122-8986** - [www.osfatlyf.org](http://www.osfatlyf.org)