

Profesionales de la salud mental bien capacitados trabajarán con usted para planificar el tratamiento que mejor se adapte a las necesidades de su hijo y que incluya su conocimiento de las prácticas recomendadas. En primer lugar, para comenzar a identificar el tratamiento adecuado, se realiza una evaluación exhaustiva. Durante la evaluación, el médico recopilará información sobre los antecedentes de su hijo y su familia, sus síntomas, los eventos que llevaron a la angustia, el desempeño escolar, las relaciones y otros problemas. A menudo se necesitan muchas sesiones para recopilar la información correcta a fin de realizar una evaluación completa. Durante este tiempo, el médico también puede pedirle a usted o a su hijo que realicen algunas pruebas de detección simples, y otras evaluaciones, para comprender mejor la naturaleza de las inquietudes de su hijo. Las pruebas son para garantizar que su hijo reciba el mejor tratamiento y no se pasen por alto inquietudes ocultas.

Terapia: ¿qué debería esperar?

La terapia es el componente principal del tratamiento de los problemas de salud mental de su hijo. Es una forma de tratamiento que puede ayudar a los niños y las familias a comprender y resolver problemas, modificar el comportamiento y realizar cambios positivos en sus vidas. Hay varios tipos de terapia que involucran diferentes enfoques, técnicas e intervenciones. En ocasiones, puede resultar útil una combinación de diferentes enfoques terapéuticos. En algunos casos, combinar medicamentos con terapia puede ser más eficaz.

Es importante que padres, madres y cuidadores participen de cerca en el tratamiento del niño. Es probable que el niño deba tener sesiones de terapia solo con su terapeuta. A veces pueden participar de la sesión padres, madres o cuidadores con el niño presente o sin él.

Recuerde que debido a las leyes de confidencialidad, es posible que el terapeuta no pueda compartir todo lo que el niño le dice en las sesiones, lo que puede resultar muy frustrante para las personas a cargo del niño. Asegúrese de preguntarle al terapeuta de su hijo qué información sí puede compartir con usted.

Medicamentos: parte del paquete de tratamiento más amplio

La medicación puede ser una parte eficaz del tratamiento de varios trastornos mentales de la infancia y la adolescencia. La recomendación de un médico de tomar medicamentos puede generar inquietudes y preguntas tanto en padres y madres como en el niño. El médico que recomiende medicamentos debe tener experiencia en el tratamiento de enfermedades psiquiátricas en niños y adolescentes. Debe explicar por completo las razones para recurrir a los medicamentos y qué beneficios brindarán, así como sus posibles riesgos y efectos secundarios. También deben discutirse otras alternativas de tratamiento. Es posible que no haya psiquiatras infantiles disponibles en algunas áreas rurales y, en ese caso, a menudo son los pediatras quienes recetan medicamentos para los niños. En caso de tener más dudas o preguntas serias sobre el tratamiento con medicamentos, pueden pedir una segunda opinión a un psiquiatra. Para obtener una lista con preguntas de ejemplo para hacerle a su médico acerca de los medicamentos, ingrese en

https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/Psychiatric-Medication-For-Children-And-Adolescents-Part-III-Questions-To-Ask-051.aspx

Hablar con los niños sobre la medicación

Muchos niños y adolescentes se muestran reacios a tomar medicamentos. Es posible que se sientan avergonzados, no les agrada ser diferentes o no les gusten los efectos secundarios. Todas estas son inquietudes muy serias. Es importante hablar de forma honesta con su hijo sobre la medicación para que comprenda cómo lo ayudará, y que no lo hará cambiar. Será la misma persona, pero los medicamentos pueden ayudarlo a controlar su comportamiento y a que los sentimientos desagradables desaparezcan.

La medicación es más eficaz cuando se toma a intervalos regulares para que no haya ninguna interrupción entre las dosis. Evitar las interrupciones y los reinicios de la medicación puede producir el mayor beneficio y ayudar a determinar si la medicación en verdad está ayudando. Establecer un horario regular para darle a su hijo la medicación ayuda a establecer un patrón.

Los niños mayores y adolescentes que toman medicamentos por su cuenta, a menudo no lo hacen con regularidad o dejan de tomarlos sin hablar con su padre, su madre o su médico. Explique por qué es importante seguir las pautas de las recetas.

Anime a su hijo a que acuda a usted si tiene una inquietud relacionada con los medicamentos para que puedan trabajar juntos en resolver el problema o encontrar otra opción de tratamiento.

Si su hijo experimenta efectos secundarios desagradables, hable con su médico. La medicación nunca debe tener un efecto adormecedor sobre la energía, la curiosidad o el entusiasmo de un niño.

Adaptado de la publicación "Facts for Families" de American Academy of Child & Adolescent Psychiatry y del sitio web kidsmentalhealthinfo.com del Dr. Robert Franks del Centro de Connecticut para Prácticas Efectivas (CCEP).



Coordinado
por



La campaña de Children's Mental Health Matters! es una colaboración de la Asociación de Salud Mental de Maryland (MHAMD) y la Coalición de Familias de Maryland (MCF) con el respaldo del Departamento de Salud de Maryland (MDH): Administración de Salud Mental (BHA). El objetivo de la campaña, con defensores escolares y comunitarios en todo el estado, es despertar la conciencia pública sobre la importancia de la salud mental de los niños. Para obtener más información, ingrese en www.ChildrensMentalHealthMatters.org.