

TEST PARA DETECTAR SI DEBERÍAS PEDIR CITA EN AYUDARTE

- ¿Las dificultades de tu hijo llevan más de 6 meses?
- ¿Esas dificultades le están causando problemas o afectándole en sus rutinas diarias, la convivencia en casa, en su rendimiento en el colegio o en las relaciones con sus amigos o compañeros?
- ¿Se preocupa en exceso de lo que le sucede y le cuesta controlarlo?
- ¿Tu hijo tiene se siente triste, irritable, llora o se enfada y tiene rabietas de forma frecuente?
- ¿Le cuesta respetar a los demás y aceptar las normas en casa o en el colegio?
- ¿Molesta a los demás deliberadamente?
- ¿Ha dejado de hacer las actividades que antes le gustaban?
- ¿Se queja de que está cansado o tiene poca energía, dificultad para respirar, tiene náuseas o vómitos, le duele cabeza o el estómago frecuentemente?
- ¿Tiene dificultades para dormir por las noches, comenta que no ha dormido bien o tiene pesadillas?
- ¿Le cuesta concentrarse, tomar decisiones o deja por terminar las tareas que empieza?
- ¿Le cuesta controlar el pis o la caca y tiene más de 8 años o ha vuelto a hacerse pis o caca cuando ya había logrado controlarlo?
- ¿Tu hijo estudia contigo porque no comprende lo que lee, le cuesta organizarse y/o no tiene técnicas de estudio?
- ¿Tiene miedo intenso y desproporcionado por un objeto o situación y evita enfrentarse a sus miedos? Ej. Tiene miedo a las alturas, hacer caca, animales, hablar en público, realizar exámenes, rechaza ir al cole o ir a dormir a casa de un amigo, no quiere separarse de ti, se niega a quedarse a oscuras o estar solo en casa o fuera de casa, lugares cerrados o abiertos.
- ¿Piensa y se preocupa de forma excesiva en que él o vosotros podáis tener enfermedades, estar en peligro, perderse, en secuestros o incluso la muerte?
- ¿Ha sufrido algún cambio significativo en su vida: ha sufrido una enfermedad, pérdida importante de un familiar o amigo, nacimiento de un hermano/a, cambio de ciudad o colegio, separación de sus padres que haya podido desencadenarlo?



Si responde afirmativamente a la 1-2 y a más de 3 preguntas de las siguientes primeras preguntas es recomendable que hablaras con tu pediatra o que pidas una cita sin compromiso para que hablemos de forma más detallada.