

**IDEAS EN
IMÁGENES**

**VISTAS EN
INTERNET**



WWW.MINISTERIOINFANTIL.COM

ANSIEDAD INFANTIL



Dra.
Daniela
Borzallo



¿QUÉ ES LA ANSIEDAD?

Según la Asociación Americana de Psiquiatría la ansiedad es una respuesta anticipatoria a una amenaza futura. En los trastornos de ansiedad se presentan características de miedo y ansiedad excesivos. Muchos de estos trastornos se desarrollan en la infancia y tienden a persistir si no se tratan a tiempo y a la vez pueden expresarse también en la adultez.



Dra.
Daniela
Borzallo



TIPOS DE ANSIEDAD

- Trastorno de ansiedad por separación
- Mutismo selectivo
- Fobia específica
- Ansiedad social
- Trastorno de pánico
- Agorafobia
- Ansiedad generalizada



Dra.
Daniela
Borzallo



SÍNTOMAS

El principal síntoma es la tensión o preocupación frecuente durante por lo menos 6 meses, aún sin una causa clara.

Otros síntomas incluye:

- Problemas de concentración o tener la mente en blanco
- Fatiga
- Irritabilidad
- Problemas para dormir
- Agitación al despertar
- No come lo suficiente o come en exceso
- Ataques de ira
- Un patrón de desobediencia
- Tensión muscular
- Molestias estomacales
- Sudoración
- Dificultad para respirar
- Dolor de cabeza

Dra.
Daniela
Borzallo



PREOCUPACIONES DE UN NIÑO CON ANSIEDAD

Los niños con ansiedad focalizan sus preocupaciones en:

- Tener un buen rendimiento escolar y deportivo
- Su seguridad y la de sus familias
- Enfermarse o que un miembro de la familia lo haga
- Separarse de sus padres



Dra.
Daniela
Barzallo



CONSECUENCIAS DE ANSIEDAD EN NIÑOS

Las consecuencias para los niños y jóvenes que sufren algún trastorno de ansiedad son muy variadas, pueden ser:

- Dificultades en el aprendizaje
- Dificultades de adaptación
- Problemas en habilidades sociales
- Conflictos de comportamiento en la escuela



Afectando en gran medida a su entorno familiar con:

- Irritabilidad con familiares
- Llantos
- Rabietas
- Miedos
- Incapacidad de realizar actividades sencillas
- Trastornos del sueño

Dra.
Daniela
Barzallo



¿QUÉ HACER EN CASA ANTE EPISODIOS DE ANSIEDAD EN EL NIÑO(A)?

- Animar al niño(a) a que reconozca y acepte sus emociones
- Practicar técnicas de respiración o meditación
- Realizar deportes como la natación
- Escuchar y avanzar
- Estar presente, disponible y ser tolerante
- Evitar llorar frente al niño cada vez que se ponga mal
- Contar o narrar una historia sobre lo sucedido para entender sus emociones
- Que el niño(a) le ponga nombre a sus temores y emociones
- Evitar forzarlo si no quiere hablar





MINISTERIO INFANTIL

"No somos un ministerio grande...
...pero si somos un gran ministerio"

www.ministerioinfantil.com

¡Imágenes tomadas de libre circulación en internet!

Créditos a quien corresponda

¡VISITANOS!

www.MinisterioInfantil.com

beacons.ai/MinisterioInfantilArcoiris

#MIArcoiris