

Conexión con la salud escolar

Ideas de expertos pediatras y terapeutas infantiles



PM Pediatric Care works with your district through our School Health program, supporting the health, wellness, and academic success of identified students.

BLOG HIGHLIGHTS



Deserción escolar

Causas comunes: cambios en el hogar, presiones académicas, acoso escolar o trauma.

Señales de deserción: ausencias frecuentes, aumento de la ansiedad, aislamiento social y ciertas quejas físicas.

pmpediatriccare.com/blog

Cómo apoyar a su hijo durante la negativa de asistir a la escuela

La deserción escolar ocurre cuando un niño se niega persistentemente o tiene dificultades para ir a la escuela, a menudo debido a ansiedad, estrés o miedo. Con las herramientas y estrategias adecuadas, puede ayudar a su hijo para que vuelva a encaminarse. Comprender las causas, reconocer los síntomas y saber cómo responder son pasos esenciales para apoyar a su hijo durante este periodo.

Para manejar el rechazo escolar, es importante mantener rutinas consistentes en el hogar, comunicarse con la escuela de su hijo y considerar planes de reingreso gradual si su ansiedad es abrumadora. La deserción escolar no significa necesariamente que su hijo deba faltar a la escuela, significa que puede necesitar pasos más pequeños para reconstruir su comodidad y confianza.

Si el rechazo persiste, busque ayuda profesional de un terapeuta pediátrico y del pediatra de su hijo para comprender las causas fundamentales y aprender estrategias de ayuda para abordar las inquietudes conductuales. Con su apoyo, su hijo puede superar la deserción y volver a prosperar en la escuela.

[Haga clic para](#) obtener más información sobre la deserción escolar: en qué se diferencia del ausentismo, el manejo a largo plazo y cuándo buscar ayuda.





¿Alergias primaverales o un virus?

CÓMO DIFERENCIAR Y CUÁNDO BUSCAR ATENCIÓN MÉDICA

La primavera está por llegar y, desafortunadamente, también lo harán el polen, las esporas de moho y otros alérgenos primaverales que podrían hacer sentir mal a su hijo. Muchos padres tienen dificultades para determinar si su hijo tiene una alergia estacional o una infección viral.

Tanto las alergias como los virus pueden causar estornudos, congestión y secreción nasal. Las alergias típicamente no presentan fiebre ni fatiga, y alcanzan su punto máximo en el otoño y la primavera. Deberá encontrar maneras de limitar la exposición de su hijo a los alérgenos que pueden hacer que los síntomas continúen o empeoren. Para aquellos síntomas persistentes, hable con un proveedor sobre los antihistamínicos de venta libre o los esteroides intranasales que pueden aliviar los síntomas.

La fiebre y la fatiga generalmente se asocian con una infección viral y pueden ocurrir en cualquier época del año. Si su hijo tiene una infección viral, deberá pasar de limitar los alérgenos a aliviar los síntomas, como descansar mucho, mantenerse hidratado y usar un humidificador de vapor frío o aerosoles o gotas nasales de solución salina. También puede administrar medicamentos para reducir la fiebre (en caso de ser necesario y si el médico de su hijo lo aprueba).

Si su hijo tiene problemas debido a síntomas que le dificultan dormir, comer o realizar las actividades cotidianas, buscar atención médica puede ser una elección sabia.

Manejo de la ansiedad ante los exámenes

Ya sea que un estudiante tenga dificultades académicas o sea exitoso en la escuela, la temporada de exámenes puede ser estresante. Es importante recordar que la ansiedad está influenciada por la forma en que los niños perciben e interpretan las situaciones, y los eventos estresantes pueden amplificar las percepciones preexistentes. Si un niño cree que no es bueno en matemáticas y se aproxima una prueba, la ansiedad puede reforzar el pensamiento negativo incluso antes de que comience la prueba. Trate de evitar patrones de pensamiento como el pensamiento de todo o nada, las afirmaciones que comienzan con "debería" y culpar a otros.

Reconocer las señales de ansiedad de su hijo y hablar con él dejando de lado los prejuicios es el primer paso para apoyarlo.

Escanee el código QR:



Recomendación del Rincón del consejero escolar: DISCIPLINA POSITIVA

“En Disciplina positiva, Jane Nelsen ofrece a los padres y educadores estrategias prácticas para fomentar el respeto mutuo y la autodisciplina en los niños. A través de una orientación firme pero amable, Nelsen ayuda a los adultos a cerrar las brechas de comunicación, desactivar las luchas de poder y enseñar a los niños a pensar críticamente, promoviendo la cooperación creativa desde los niños pequeños hasta los adolescentes.”

Molly Scrabonia, LCSW

Therapist, PM Mental Health



PM Pediatric Care ofrece atención de urgencia y servicios de salud conductual en su comunidad para niños y jóvenes hasta los 26 años.

Learn more: pmpediatriccare.com

PM
Pediatric Care