

Salud Mental en personas menores de edad

Señales de alerta a las que hay que estar atento:



Cambios **repentinos** en su humor



Sentimientos, emociones, conductas y acciones de **autolesión**



Amenazas **verbales** y **no verbales**

Recomendaciones importantes:

- ✓ **Valide** sus emociones. Motívele a comunicarse con personas de confianza.
- ✓ **Fomente** la creatividad y otras actividades que le alegren, relajen, permitan recargar fuerzas y energías.
- ✓ **Converse** de temas como: mitos, culpas, miedos e ideas de autolesión, brindando acompañamiento.
- ✓ **Búscale** ayuda profesional o llama al **9-1-1**



MINISTERIO
DE SALUD

GOBIERNO
DE COSTA RICA