

# Replanteemos la conversación sobre la salud mental de los niños.



Ser padres es increíblemente gratificante, pero, seamos sinceros, también es difícil. Como cuidadores, ustedes ponen todo su corazón y alma en brindarles a sus hijos todo lo que necesitan para tener éxito, incluyendo el amor y el apoyo para su salud física y mental.

Sin embargo, en ocasiones nuestros hijos pueden tener dificultades de maneras que no son inmediatamente obvias. Por eso es importante que contemos con las herramientas para reconocer la diferencia entre el estrés cotidiano y los desafíos más graves que pudieran estar enfrentando.

Obtén más información sobre cómo detectar señales de problemas crecientes en la salud mental de tu hijo o hija y encuentra recursos para obtener ayuda adicional en [nurturinghealthyminds.education.uiowa.edu](https://nurturinghealthyminds.education.uiowa.edu).



Escanea para obtener más información.

