

## As Crianças e a Ansiedade



Alguns problemas que pensávamos serem de adultos, já estão afetando as crianças. Hoje em dia muitos fatores contribuem para originar a ansiedade. O ambiente externo, cobranças, componente genético, entre outros.

Uma em cada oito crianças sofre de transtorno de ansiedade. Para você identificar se isso acontece na sua casa, analise alguns sinais típicos que se repetem nas situações estressantes para seu filho. Pode aparecer na forma de medo, tensão muscular, preocupação com eventos futuros, isolamento e dificuldade e/ou queda de rendimento escolar.

Dores de cabeça e de barriga, dores no corpo sem motivo físico aparente, dificuldade de dormir ou agitação excessiva, manias como cutucar as unhas ou puxar os cabelos, são alguns dos comportamentos contínuos que podem indicar uma ansiedade acima do normal. Quando isso ultrapassa o limite e começa a abater física e psicologicamente a criança, é hora de procurar um especialista.

Se o problema for identificado cedo, o tratamento pode não precisar de medicamentos. Mas caso isso se agrave e não for clinicado, pode evoluir para a depressão.

É importante conversar muito com seu filho, demonstrar carinho e que está sempre ao seu lado para que ele supere suas dificuldades.

Fonte: <https://escolasdobem.inf.br/2017/03/11/criancas-tambem-sofrem-de-transtorno-de-ansiedade/?frame-nonce=01960c2bd3>.