

TODOS

AUN CON EL DISTANCIAMIENTO SOCIAL, NO ESTAMOS SOLOS

NECESITAMOS AYUDA

A VECES

Muchas personas se están sintiendo estresadas, ansiosas o deprimidas en estos momentos.



Los niños expresan sus emociones de muchas maneras. Durante COVID-19, su niño o adolescente quizás esté mostrando síntomas de estrés que usted no haya visto antes. Estos comportamientos quizás sean una reacción normal a un evento estresante o su hijo tal vez necesite un poco más de ayuda. *Quizás se vean:*

- Malhumorados o se disgustan con facilidad
- Tristes
- Preocupados o temerosos
- Desobedeciendo las reglas
- Durmiendo demasiado o muy poco
- Quejándose de dolores de cabeza o de estómago
- Mostrando otros comportamientos que son nuevos o que le preocupan

¿PREOCUPADO POR SU HIJO? LLAME AL DOCTOR DE SU HIJO Y PIDA AYUDA.

► OTRAS MANERAS DE CONSEGUIR AYUDA



Un programa de su United Way local y la Mancomunidad de Massachusetts



Su Family Resource Center local: [www.frma.org](http://www.frma.org)



[www.massachusetts.networkofcare.org](http://www.massachusetts.networkofcare.org)

SI ES UNA EMERGENCIA, LLAME AL 911