

# Apoyando la salud mental y el bienestar de su hijo



Las familias suelen ser las primeras en notar cuando algo no anda bien con sus hijos, pero puede ser difícil saber por dónde empezar.

Cartwheel, nuestro socio en el apoyo a la salud mental y el bienestar de nuestros estudiantes de secundaria y bachillerato, ofrece ahora a los padres o tutores una forma de solicitar ayuda completando un sencillo [formulario de interés](#).



**Cartwheel proporciona acceso rápido a terapia virtual individual, orientación para padres, terapia familiar, evaluaciones psiquiátricas y gestión de medicamentos.**

**Es fácil acceder a la atención médica.** Conéctese a través de una computadora portátil, tableta o teléfono. La atención se brinda en varios idiomas, incluido el español.

**Cubierto por la mayoría de los planes de seguro.** Se aplican los copagos y deducibles estándar. Las familias con Medicaid no tienen costos de bolsillo.

## Señales comunes que indican que su hijo podría necesitar apoyo de salud mental:

- Cambios en el sueño, el apetito o la energía
- Disminución del rendimiento académico o del interés por la escuela
- Irritabilidad, enojo o arrebatos emocionales
- Tristeza o estado de ánimo decaído
- Evitar ir a la escuela
- Ansiedad o preocupación persistente
- Dificultad para concentrarse o mantener la motivación
- Uso excesivo de pantallas
- Consumo de sustancias, comportamientos de riesgo o mención de autolesiones

*“Me impresionó muchísimo lo rápido que lo programaron para ver a un terapeuta una vez que se hizo la derivación. Tanto el terapeuta como el psiquiatra fueron absolutamente maravillosos, crearon un ambiente que hizo que mi hijo se sintiera lo suficientemente cómodo para hablar y fueron muy amables y pacientes. ¡Muy satisfecho!”*

– Padre



## ¿Qué sucede después de enviar el formulario de interés familiar?

- 1 El equipo de tu escuela revisa la información que compartes.
- 2 Si el equipo de su escuela considera que Cartwheel es la opción adecuada para su hijo, le harán una derivación.
- 3 Cartwheel se pondrá en contacto contigo directamente para empezar.

## Algunos de los desafíos con los que Cartwheel puede ayudar a su hijo:

|                              |                      |
|------------------------------|----------------------|
| Ansiedad                     | Motivación           |
| Estrés                       | Familia y relaciones |
| Depresión                    | Ira                  |
| Tristeza                     | Trauma               |
| Duelo o pérdida              | Fobia escolar        |
| Baja autoestima              | Problemas sociales   |
| Autolesiones                 | Problemas de sueño   |
| Uso de tecnología            | Y más...             |
| Habilidades de afrontamiento |                      |

*“En primer lugar, fue mucho más fácil y rápido encontrar un terapeuta en Cartwheel que buscar uno nuevo de la manera tradicional. Mi hijo se sintió conectado con su terapeuta de inmediato y nos sentimos agradecidos de que se encontrara a un terapeuta adecuado para él tan rápidamente”.*

—Guardián



Obtenga más información en [www.cartwheel.org/families](http://www.cartwheel.org/families)

¿Tiene alguna pregunta? Comuníquese con un miembro del equipo de su escuela o con Cartwheel directamente llamando o enviando un mensaje de texto al (617) 272-7439 o enviando un correo electrónico a [office@cartwheelcare.org](mailto:office@cartwheelcare.org).