

CUÁNDO VALE LA PENA HABLAR CON EL PEDIATRA

Si pasa alguna de estas cosas, a cualquier edad.

No hace falta que pasen varias: con una alcanza para preguntar.

Se lastima a sí mismo o lastima a otra persona durante el berrinche.

Pega, pateo o muerde casi siempre que se frustra, y eso lleva varias semanas así.

Rompe cosas de forma que puede lastimarse él o lastimar a alguien: vidrios, muebles, objetos que lanza contra personas.

Los episodios son muy intensos, duran mucho, o pasan casi cada vez que se le pide parar algo, aunque lo manejes con calma.

Lo mandan a casa de la escuela, otros padres no quieren que juegue con sus hijos, o la convivencia en casa se está rompiendo por los episodios.

Junto con los berrinches aparecen pesadillas, vuelve a mojar la cama, dolores de cabeza o de estómago, se niega a comer o a dormir, o se aferra a ti más que antes.

En la casa sienten que ya no pueden con esto sin ayuda.

Contiene la respiración durante el berrinche, y sobre todo si llega a desmayarse.

Y dos que son sobre ti, no sobre él:

Si temiste que podías lastimarlo, lastimarte o lastimar a alguien, busca ayuda inmediatamente.

Si sientes que estas situaciones te desbordan con frecuencia, consulta con el pediatra o un profesional de salud mental.

Falta una señal más, la del golpe en la cabeza, y está en la lámina siguiente junto con lo que esta lista no es.

CUÁNDO HABLAR CON EL PEDIATRA • LA SEÑAL DIEZ

Y la señal número diez, la del golpe en la cabeza.

Se golpea la cabeza contra el piso o la pared durante el berrinche.

Si acaba de pasar y algo de cómo quedó te preocupa, no esperes a mañana. Qué mirar después de un golpe en la cabeza está en la lámina siguiente y completo en vivekore.com/modo-berrinche/senales

Y cuándo contárselo al pediatra, que depende de la edad:

De 2 a 3 años: si se golpea así en la mayoría de los berrinches, o si le quedan marcas o moretones.

De 4 a 5 años: si sigue golpeándose la cabeza y todavía no lo has hablado con nadie, coméntalo en la próxima consulta, aunque no le queden marcas.

De 6 a 8 años: cuéntaselo aunque pase de vez en cuando. A esta edad la conducta ya es el motivo, sin que haga falta que se repita.

Y una cosa que no es señal de nada: que te haya asustado. Ver a un hijo golpearse la cabeza asusta a cualquiera, y asustarse no significa que hayas hecho algo mal.

Esta lista no es un diagnóstico y esto no es un profesional. Marcar uno de estos puntos no significa que tu hijo tenga algo: significa que hay una conversación que vale la pena tener con quien sí puede evaluarlo.

Tampoco funciona al revés. Si algo te preocupa y no está acá, pregunta igual.

Acá no se afirma que todos los berrinches son normales, ni se promete que van a desaparecer.

QUÉ MIRAR DESPUÉS DE UN GOLPE EN LA CABEZA

Después de un golpe en la cabeza, quédate pendiente de él. Si ves cualquiera de estas señales, no esperes: llama al número local de emergencias o ve a urgencias. En Estados Unidos, llama al 911.

Se desmayó o perdió el conocimiento, aunque haya sido un segundo.

Le dieron convulsiones: sacudidas de brazos o piernas que no controla.

Vomitó más de una vez.

Se pone muy adormilado, te cuesta despertarlo, o no logra quedarse despierto.

Está confundido, muy agitado, o no reconoce a quien tiene enfrente.

Habla raro, se le entiende mal, o no puede mover bien un brazo o una pierna.

Tiene una pupila más grande que la otra, o te dice que ve doble.

Le duele mucho la cabeza y el dolor va a más en vez de irse.

Tiene el cuello duro y le cuesta moverlo.

Le sale sangre o un líquido claro por la nariz o por los oídos.

Está sangrando mucho de la cabeza o de la cara.

En los más chiquitos: no para de llorar y no hay forma de consolarlo, o no quiere comer ni tomar nada.

Y la regla más corta, de la Academia Americana de Pediatría:

«Por cualquier cosa fuera de un golpe leve en la cabeza, llame al médico de su hijo.»

Lo que no es urgencia pero no se deja pasar en los días siguientes, y lo que sí es normal, está en la lámina siguiente y completo en vivekore.com/modo-berrinche/senales

DESPUÉS DE UN GOLPE • LO QUE NO ES URGENCIA

Además de las señales de urgencia de la lámina anterior, conviene hablar con un profesional si:

Le duele la cabeza, le dura y no se le quita con el paracetamol.

Le dio fiebre.

En los días siguientes vomita más de tres veces.

Lo notas distinto: cambió cómo se comporta, cómo duerme o cómo come.

Pasaron dos o tres semanas y sigue igual.

Te preocupa que se esté lastimando.

Sigue golpeándose la cabeza después de los cuatro años y todavía no lo has hablado con nadie.

Le quedan marcas o moretones.

Y qué es normal y no pide nada:

La mayoría de los golpes en la cabeza son leves, y en esos casos no hace falta ninguna prueba.

Que lllore del dolor o del susto es esperable. Lo que se mira es cuánto dura.

Que te haya asustado a ti no es señal de nada.