

nota de premsa

Superar la irritabilitat infantil i adolescent

Barcelona, 22 de juny. La falta d'eines en aquests moments ens fan preocupar-nos pel comportament dels nostres fills, és possible que durant aquests dies haguem notat freqüents canvis d'humor. Rocio Rosés, psicòloga de l'Hospital Universitari Sagrat Cor ens parla de la rutina i com abordar i superar la irritabilitat dels petits de la casa.

Una de les conseqüències del confinament és la manca de llibertat i l'alteració de les rutines en els nens i adolescents. Aquest fet fa que els nens tinguin més moments de lleure i sovint, no saben gestionar correctament aquest temps. Per això és fonamental que dins les diferències amb "la vida abans del COVID" els nens puguin tenir un horari pautat de dilluns a divendres.

A més, també és important que els pares puguin entendre que la manifestació de la tristor en els infants i adolescents és també mitjançant la ràbia o la irritabilitat.

Per això, els pares hauran de treballar la seva pròpia irritabilitat o ràbia, tenir autocontrol amb els fills, en aquests moments d'estrès, i ser fermes però afectuosos a l'hora de posar límits i normes.

Sobre Sagrat Cor-Hospital Universitari

Sagrat Cor-Hospital Universitari pertany a la Xarxa Hospitalària d'Utilització Pública (XHUP) des del 15 de juliol de 1985, any de la creació d'aquesta important xarxa sanitària catalana. Fundat entre les dècades dels 60/70 ofereix totes les especialitats medicoquirúrgiques, de les que destaquen cirurgia toràcica, cirurgia cardíaca, neurocirurgia i oncologia, entre d'altres. Desenvolupa activitats assistencials, docents i de recerca. El Sagrat Cor està acreditat com a hospital docent per la Facultat de Medicina de la Universitat de Barcelona i, per a la preparació de metges especialistes (MIR), pel Ministeri de Sanitat. També disposa d'acords amb altres universitats nacionals i internacionals per a formació de pregrau i postgrau.

Para más información:

Comunicación

Pilar Rosas

93 587 93 93

65 681 16 45