TODXS LOS CUERPOS TIENEN UN LUGAR AQUÍ

NEDA

Consejos Para Cuidadores: Trastornos Alimentarios Y Salud Mental

Por Personal de NEDA| Adaptado para el Regreso a Clases

Las transiciones de regreso a la escuela pueden ser especialmente desafiantes para los estudiantes con trastornos alimentarios. Los cambios en rutina, el trabajo escolar y los ambientes sociales pueden generar estrés adicional. Mientras estos cambios ocurren, las necesidades de su hijo o hija también pueden cambiar. Es importante estar atento a lo que están pasando por y estar listo para adaptar su apoyo para ayudarlos a atravesar estos tiempos.

Como Apoyar a Su Hijo o Hija

- Conozca y esté atento a las señales de un trastorno alimentario. Si nota algo preocupante, exprese sus inquietudes directamente, sin juzgar.
- Hable con su hijo o hija sobre como quieren ser apoyados durante estos tiempos. Pregúntele como el apoyo se ve para ellos.
- Anime a su hijo o hija a conectarse con adultos de confianza en la escuela, como un maestro, un consejero, o un miembro del personal, para apoyar su recuperación.
- No dude en contactar a alguien. Si su hijo o hija está en tratamiento, manténganse en contacto con su equipo de atención. Si nota señales por primera vez, comuníquese con un especialista en trastornos alimentarios lo antes posible.

Acceder al Apoyo Escolar

- De ser necesario, pregunte por acomodaciones como ausencias justificadas, excepciones de Educación Física, notas de clases, o apoyo de la enfermería.
- Conozca los derechos educativos de su hijo o hija según las leyes de discapacidad.
- En K–12, usted puede solicitar un plan 504 si los apoyos informales no son lo suficiente.
- En la Universidad, comuniquese con la oficina de servicios para discapacitados del campus para explorar los apoyos académicos y los relacionados con la salud disponibles.

Visite nationaleatingdisorders.org para herramientas gratis, información y recursos.