

# Tomando nota de sus preocupaciones

## Hablando con el doctor de su hijo/a

No todos los médicos están capacitados para detectar trastornos del estado de ánimo, como la depresión, por lo que antes de visitar al médico, es buena practica tomarse un tiempo para anotar sus inquietudes: estados de ánimo, comportamientos y/o síntomas físicos que observa en su hijo/a. Esto se puede hacer en su teléfono, computadora o en un cuaderno.

Creo que hay un problema porque...

Escuché a mi hijo decir...

Vi a mi hijo hacer...

Mi hijo se siente...

Este no es el comportamiento normal de mi hijo porque...

He visto este cambio en mi hijo en las ultimas \_\_\_\_ semanas o \_\_\_\_ meses.