Cómo se diagnostican los trastornos de salud mental

Guía para padres y cuidadores



¿Qué es una evaluación?

Un profesional explora emociones, pensamientos, conducta, desarrollo y vida diaria mediante conversaciones, observaciones y, a veces, pruebas. La tristeza o las rabietas ocasionales no implican automáticamente un trastorno.

¿Quién puede diagnosticar?

Pediatras, psiquiatras infantiles, enfermería psiquiátrica de práctica avanzada, psicólogos y terapeutas autorizados evalúan según sus atribuciones. Busque experiencia con la edad del menor. La mayoría de psicólogos y terapeutas no receta.

La primera consulta

Explique qué cambió, cuándo comenzó y cómo afecta el hogar, la escuela y las amistades. Se exploran sueño, aprendizaje, salud, medicamentos y seguridad. Importan las observaciones del cuidador y el relato del menor.

Antecedentes y privacidad

El desarrollo, el aprendizaje, la historia familiar, las relaciones y el trauma aportan contexto, sin culpar. Pregunte por la confidencialidad, el acceso de los padres, las conversaciones privadas con adolescentes y las excepciones por seguridad. Las reglas dependen de la edad, la ley estatal y el servicio. Pregunte cómo las notas, los portales y la facturación pueden afectar la privacidad.

Cuestionarios de detección

El seguimiento observa el desarrollo a lo largo del tiempo. La detección utiliza un cuestionario o actividad estandarizados para señalar posibles dificultades; por sí sola no establece un diagnóstico. La detección del desarrollo, del autismo y de la salud mental responde a preguntas diferentes. El menor, los cuidadores y los docentes pueden completar formularios distintos. Pregunte qué significa el resultado y cuál es el siguiente paso.

Más información

psychiatry-atlas.com

Comprender los resultados

Evaluación, participación y próximos pasos



Cómo se decide el diagnóstico

Se consideran patrón, duración, gravedad e impacto según el desarrollo y la cultura. El DSM-5-TR orienta el diagnóstico. Pregunte qué difiere del desarrollo esperado y qué sigue siendo incierto.

Síntomas parecidos

Inatención, irritabilidad o dificultad para dormir pueden tener causas emocionales, de aprendizaje o físicas. El diagnóstico diferencial compara explicaciones. Una lista de posibilidades no confirma todos esos trastornos.

Afecciones coexistentes

Pueden coexistir afecciones, como TDAH y ansiedad. Cada una requiere evaluación. Compartir síntomas no confirma varios trastornos; las alternativas posibles no son diagnósticos confirmados.

Análisis e imágenes cerebrales

No se indican para todos los menores. Pueden investigar causas médicas o neurológicas, pero no confirman por sí solos la mayoría de los diagnósticos psiquiátricos. Pregunte qué aclararán.

Pruebas psicológicas

Las pruebas psicológicas exploran emociones, conducta o aprendizaje; las neuropsicológicas, capacidades cognitivas. Se interpretan con antecedentes del desarrollo y escolares. Responden preguntas específicas y no siempre se necesitan.

Participación del menor

Las conversaciones se adaptan a la edad y capacidades. Incluya la perspectiva del menor. Pregunte cómo participan cuidadores, cuándo se conversa en privado y cómo se comparte información.

Después del diagnóstico

Conversen sobre terapia, apoyos familiares y escolares, y medicamentos cuando correspondan. Un diagnóstico no significa que deba tomar medicamentos. El seguimiento considera la vida diaria, la opinión del menor, los beneficios y las dificultades. El diagnóstico clínico no determina por sí solo la elegibilidad para un IEP o un plan 504.

Más información

psychiatry-atlas.com

Próximos pasos

Seguimiento, seguridad y preguntas frecuentes



¿Puede cambiar el diagnóstico?

El desarrollo y nueva información pueden aclarar un diagnóstico provisional. Pregunte cómo afecta la atención. Revisarlo no significa automáticamente que antes hubo un error.

Si la familia no está de acuerdo

Pregunte qué apoya el diagnóstico, qué alternativas se consideraron y si falta información. Incluya al menor. Otro profesional capacitado puede ofrecer una segunda opinión.

Preparación para la consulta

Lleve cronología, ejemplos, listas de medicamentos, evaluaciones e información escolar. Anote fortalezas y preguntas. Explique la visita según la edad, sin ensayar respuestas.

¿Puede recibir apoyo sin un diagnóstico?

Sí. El contexto y el impacto importan. Los apoyos pueden empezar mientras se aclaran las dificultades.

Cuándo buscar ayuda urgente

Busque ayuda inmediata por ideas suicidas, autolesiones, falta de seguridad o nueva dificultad para reconocer la realidad. Llame al **911** ante peligro inmediato o una emergencia médica. En EE. UU., llame o envíe un mensaje de texto al **988** por una crisis de salud mental.

¿Cuánto dura?

Puede requerir varias visitas. A veces se diagnostica en la primera; otras veces hace falta más información u observación.

¿Mi hijo necesita un psiquiatra?

No siempre. Puede empezar con su pediatra, que evalúa según su formación y deriva cuando corresponde.

¿Debe completar un cuestionario?

Depende de la edad y el propósito. Pida apoyo de idioma o accesibilidad si lo necesita.

Más información

psychiatry-atlas.com

Sources and References

1. **Promoting Optimal Development: Screening for Mental Health, Emotional, and Behavioral Problems: Clinical Report**
   Carol Weitzman; James Guevara; Michelle Curtin; Michelle Macias · 2025
   https://doi.org/10.1542/peds.2025-073172

2. **Clinical Screening for Autism Spectrum Disorder**
   Centers for Disease Control and Prevention · 2024 · Updated 2025-04-15
   https://www.cdc.gov/autism/hcp/diagnosis/screening.html

3. **Frequently Asked Questions: Section 504 Free Appropriate Public Education (FAPE)**
   U.S. Department of Education, Office for Civil Rights
   https://www.ed.gov/laws-and-policy/civil-rights-laws/disability-discrimination/frequently-asked-questions-section-504-free-appropriate-public-education-fape

4. **Children and Mental Health: Is This Just a Stage?**
   National Institute of Mental Health · Revised 2024
   https://www.nimh.nih.gov/health/publications/children-and-mental-health

5. **Information Related to Mental and Behavioral Health, including Opioid Overdose**
   US Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights · Updated 2026-09-28
   https://www.hhs.gov/hipaa/for-individuals/mental-health/index.html

6. **Mental Health Screening**
   NIH National Library of Medicine — MedlinePlus · Updated 2026-07-20
   https://medlineplus.gov/lab-tests/mental-health-screening/

7. **Understanding Psychological Testing and Assessment**
   American Psychological Association · Updated 2022-08-18
   https://www.apa.org/topics/testing-assessment-measurement/understanding

8. **What is the DSM?**
   American Psychiatric Association · Physician review 2025-04
   https://www.psychiatry.org/patients-families/what-is-the-dsm