

Hablemos sobre...

Cómo ayudar a su niño en edad preescolar en el hospital

Si su niño está en el hospital, la mejor manera de apoyarle es mantenerse cerca, usar palabras sencillas para explicarle lo que está sucediendo y fomentar el juego y jugar juntos.

Cómo piensan los niños en edad preescolar:

- Son muy activos y les gusta hacer cosas por sí mismos.
- Aprenden jugando y preguntado “¿por qué?”
- A veces confunden lo imaginario con la vida real.

Qué les causa estrés:

- Estar lejos de la familia.
- Sentir que no tienen control.
- Creer que estar en el hospital es un “castigo”.
- Tenerle miedo a las agujas, a los extraños o a las máquinas ruidosas.

Cómo podrían reaccionar:

- Comportarse como un niño más pequeño.
- Enojarse o tener rabietas.
- Mostrarse muy dependientes o callados.



Cómo puede usted ayudar:

- **Mantenga una rutina:** Trate de hacer las cosas a la misma hora todos los días, como leer o tomar siestas.
- **Use palabras sencillas:** Explique lo que está sucediendo, usando palabras sencillas y claras.
- **Dé opciones:** Déjeles escoger entre dos cosas, como “¿Quieres colorear o leer un libro?” Esto les ayuda a sentirse al mando.
- **Sea honesto:** Dígales cuando se va a ir y exactamente cuándo regresará.
- **Conéctelos con el hogar:** Empaque su cobija, juguete o muñeco de peluche favorito.
- **Juegue con ellos y distraígalos:** Use burbujas, música o arte para distraerles de cosas más complicadas.
- **No es culpa de ellos:** Recuérdeles a menudo que ellos no hicieron nada mal; están simplemente ahí para recibir ayuda del equipo médico.

Para obtener más información, o para conectar con un especialista en vida infantil, por favor visite: <http://ucdavis.health/childlife>