

Cómo ayudar a su niño en edad escolar en el hospital

Sea honesto con su niño sobre lo que está sucediendo. Trate de mantener un horario diario normal. Traiga cosas de casa, como juguetes o cobijas favoritos para ayudarles a sentirse más cómodos y en control.

Cómo piensan los niños de esta edad:

- Son curiosos y quieren aprender.
- Les gusta hacer cosas por sí solos.

Qué les causa estrés:

- Estar lejos de la familia y amigos.
- Sentir que no tienen voz ni voto en lo que pasa.
- El dolor, las agujas o lastimarse.
- Preocuparse por estar enfermo durante mucho tiempo.

Cómo podrían reaccionar:

- Comportarse como un niño más pequeño.
- No querer seguir las reglas.
- Mantenerse callados o alejarse de los demás.
- Sentirse tristes, enojados o frustrados.



Formas de dar apoyo:

- **Sea honesto:** Explique los pasos médicos usando palabras sencillas.
- **Dé opciones:** Déjeles escoger entre dos opciones realistas para que se sientan al mando.
- **Use los cinco sentidos:** Explíqueles lo que verán, oirán u olerán (etc.) durante las experiencias médicas.
- **Aclare la confusión:** Pregúnteles por qué creen que están en el hospital. A menudo, los niños se culpan a sí mismos, así que recuérdelos que no es su culpa.
- **Manténgase conectado:** Ayúdeles a mantenerse conectados con la familia y los compañeros. Use videollamadas para que puedan hablar con sus amigos.
- **Use distracciones:** Cosas como la música, arte, respiración profunda, películas (etc.) pueden ayudarles a no pensar en el estrés.

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