

Hablemos sobre...

Cómo ayudar a su niño pequeño en el hospital

Ayudar a un niño pequeño en el hospital significa tener un cuidador con él tanto como sea posible, mantener su horario normal, usar palabras sencillas para explicarle lo que está sucediendo y usar juguetes para ayudarle a sentirse menos asustado.

Cómo se comportan los niños pequeños:

- Aprenden a través del juego.
- Quieren hacer cosas por sí mismos.
- Hablan más.
- Comienzan a usar el orinal.
- Les gusta tener una rutina.
- Tienen poca capacidad de atención.

Qué causa el estrés:

- Estar lejos de la familia.
- Las pesadillas.
- Ser inmovilizados para los procedimientos.
- Cambios en su horario diario.
- Miedo al dolor, a los extraños o a los dispositivos médicos.

Cómo podrían reaccionar:

- Comportarse como un niño más pequeño (perder habilidades que acaban de aprender).
- Negarse a ayudar o a escuchar.
- Defenderse con palabras o con el cuerpo.
- Tener berrinches.

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



Cosas que usar para dar apoyo:

- Juguetes que puedan mover o tocar.
- Música y cantar.
- Conversación alegre y positiva.
- Burbujas.
- Cosas favoritas de casa.
- Abrazos reconfortantes.

Consejos prácticos:

- **Dígale al personal** lo que le gusta a su niño, cómo se suelen comportar y los nombres especiales que usan para las cosas.
- **Mantenga una rutina** que se sienta como estar en casa lo más posible.
- **Traiga cosas favoritas**, como cobijas, muñecos de peluche o fotos de la familia, para tenerlas en la habitación.
- **Ayúdele a hablar** sobre sus sentimientos. Establecer reglas claras también le ayuda a sentirse seguro.
- **Déjele jugar** y explorar su habitación cuando sea seguro.
- **Sea honesto** si tiene que salir de la habitación. Dígale exactamente cuándo volverá.
- **Explique las cosas de manera sencilla** antes de que un médico o enfermero comience un procedimiento.