

Hablemos sobre...

Cómo preparar a su niño para el hospital

Ir al hospital puede ser aterrador para los niños. Prepararlos con antelación puede ayudarles a sentirse menos nerviosos y mejor equipados para afrontar lo que les espera.

Sugerencias que tener en cuenta:

- **Sea creativo:** Pídale a su niño que haga dibujos, carteles o tarjetas para decorar la habitación del hospital.
- **Sea honesto:** Explíquelo por qué necesita permanecer en el hospital utilizando palabras claras y sencillas.
- **Lean juntos:** Use libros infantiles para mostrarle cómo se ve un hospital. El sitio web del UC Davis Children's Hospital (Hospital Infantil de UC Davis) tiene también fotos.
- **Preguntas:** Anímele a hacer preguntas para que pueda estar preparado para lo que está sucediendo.
- **Comparta el plan:** Dígale cuánto tiempo permanecerá en el hospital y recuérdelo que los médicos y enfermeros están ahí para ayudar.
- **Empaquen juntos:** Si sabe que la cita se aproxima, deje que su niño ayude a empacar. No olvide:
 - **Artículos reconfortantes:** Una cobija favorita, un muñeco de peluche y objetos de juego familiares.
 - **Fotos:** Fotos de la familia, los amigos y las mascotas.
- **Manténgase conectado:** Ayude a su niño a hablar con los amigos y la familia a través de llamadas por teléfono o por video.
- **Juego:** La mayoría de los hospitales infantiles tienen actividades para fomentar el juego y una sensación de normalidad. Pregunte al personal qué opciones tienen disponibles.



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