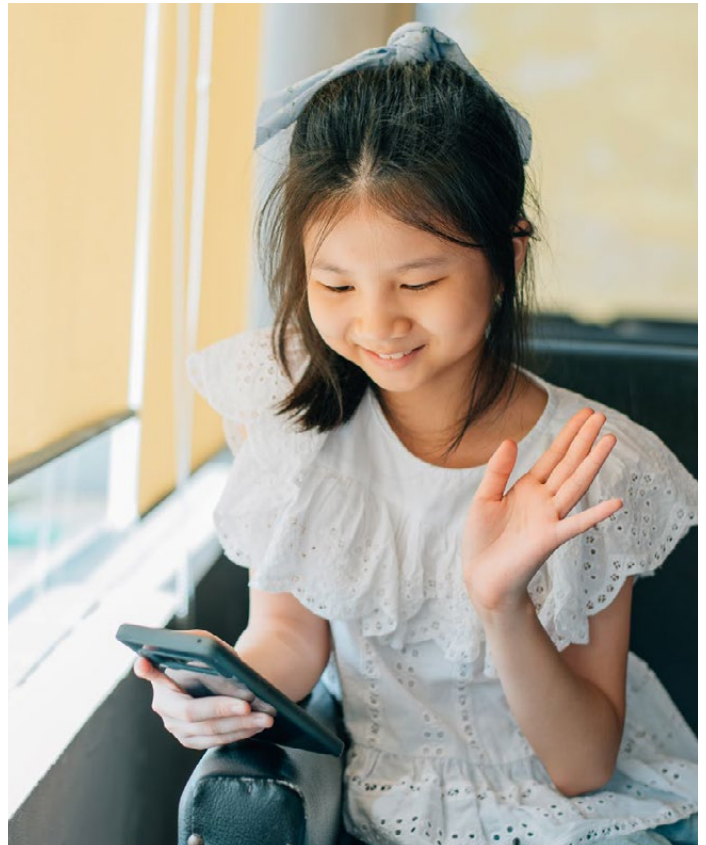


# Hablemos sobre...

## Cómo apoyar a un niño en casa

Cuando un niño está en el hospital, afecta a toda la familia. Las siguientes son algunas formas de ayudar:

- **Manténgase conectado:** Pídale a su niño en casa que haga tarjetas o carteles para decorar la habitación del hospital. Ayude a los hermanos a hablar a través de llamadas telefónicas o videocharlas.
- **Comparta algo de la casa:** Deje que su niño tenga algo de su hermano cerca, como una camiseta, una almohada o una foto de la familia.
- **Siga una rutina:** Intente mantener las cosas en casa lo más normales posible. Dígales a los maestros o entrenadores lo que está sucediendo para que puedan ayudar. Las rutinas hacen que los niños se sientan seguros.
- **Dediquen tiempo el uno al otro:** Programe un horario regular para llamar a casa, como a la hora de dormir. Lean un cuento juntos a través de video o grábese leyendo un libro favorito.
- **Demuestre que se preocupa:** Envíe notas a casa para hacerle saber a su niño que está pensando en él. Planee una actividad divertida para hacer juntos fuera del hospital.
- **Céntrese en los sentimientos:** Preste atención a cómo su niño se está sintiendo. Anímele a jugar, a hacer arte o a jugar deportes para expresarse. Recuérdele siempre que le quiere y le extraña.



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