



Visitas de los niños al hospital

Hacer una visita al hospital puede ser estresante para los niños. Preparar a su niño para una visita lo ayudará a sobrellevar la situación y a saber qué esperar mientras está aquí. Antes de llevar a un niño a visitar a su ser querido, por favor hable con el enfermero de cabecera para ver si hay algún problema que deba considerarse.

Algunos consejos a tener en cuenta:

- Averigüe lo que su niño ya sabe y comprende acerca del hecho de que su ser querido está en el hospital.
 - Para describir cómo será, use palabras sobre los cinco sentidos. Por ejemplo, puede decir cómo es la habitación, qué podría oler y qué sonidos podrían hacer las máquinas.
 - Pida que le tomen una foto a su ser querido para compartir con su niño antes de la visita. Eso podría ayudar a responder algunas preguntas y prepararle para lo que verá.
 - Anime a su niño a hacer preguntas y a comentar cómo se siente.
 - Ofrezca información y respuestas honestas. Sepa que está bien no tener todas las respuestas.
 - Dele permiso a su niño para tocar a ser querido y hablar con él o ella, o no. Eso también está bien.
- Esté atento a las señales no verbales y el lenguaje corporal. Por ejemplo, si su niño no mira al paciente, retrocede o mantiene los brazos cruzados, es posible que se sienta incómodo o abrumado. Acuerde una señal que su niño pueda usar para hacerle saber que está listo para salir de la habitación.
 - Hágle saber a su niño que puede cambiar de opinión sobre las visitas en cualquier momento.
 - Tenga una "tarea" para que su niño le ayude mientras está en la habitación. Las tareas simples como leer o hacer un dibujo pueden resultar útiles. Esto incluso puede ser una razón para que su hijo salga de la habitación si se siente abrumado.
 - Tenga en mente una actividad para después de la visita. Esto le dará a su niño la oportunidad de liberar emociones sin tener que hablar. Después de salir del hospital, dedique un momento para hablar y reflexionar sobre cómo fue la visita.



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