



## Apoyar a su niño en el hospital

El estar en el hospital puede ser estresante para los niños de todas las edades. Preparar a los niños para lo que vivirán durante su estadía en el hospital puede ayudar a reducir la ansiedad y generar confianza con las personas con las que tratarán en el hospital.

### Algunos consejos a tener en cuenta:

- Comparta con su equipo médico cualquier información sobre su niño que pudiera ser de ayuda para su atención. Por ejemplo, intereses especiales y artículos de juego favoritos.
- Juegue lo más posible. Esto se aplica a cualquier edad porque tener tiempo para simplemente ser un niño y hacer cosas divertidas (juguetes, juegos, lectura) ayuda. Cuando los niños se dan cuenta de que pueden jugar en el hospital, su capacidad para hacerle frente a la experiencia puede ser mejor.
- Ayude a su niño a mantenerse en contacto con hermanos y amigos, por teléfono o virtualmente.
- Hable con su niño sobre lo que está sucediendo y qué anticipar mientras esté en el hospital. Utilice palabras que pueda entender. Anímelo a hacer preguntas en cualquier momento.
- Coménteles a su niño cómo el equipo médico está aquí para ayudarlo.



- Puede ser difícil para un niño relajarse y dormir en la misma habitación donde podrían haber ocurrido cosas estresantes. Algunas unidades cuentan con otra sala para realizar procedimientos. No dude en preguntarle a su enfermero sobre el uso de este espacio lejos de la cama para ayudar a mantener la habitación lo más tranquila posible.
- Crear un horario diario para su niño puede ser útil para crear una rutina en el hospital. Puede escribir los tratamientos, terapias, horas de juego, etc. de su niño.
- Si necesita dejar la cabecera de su niño en cualquier momento, infórmeles a su niño y al enfermero antes de irse y cuándo pueden anticipar que usted (u otro miembro de la familia) regrese.

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