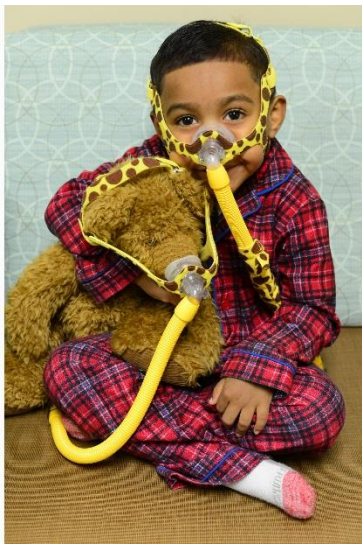


(Acostumbrarse a usar una mascarilla)

Usar una mascarilla BIPAP™ o de presión positiva continua en las vías respiratorias (CPAP, por sus siglas en inglés) por primera vez puede asustar o ser extraño para algunos niños. Usted puede ayudar a su hijo a acostumbrarse a la mascarilla. Esto se llama desensibilización. Su hijo usará la mascarilla durante períodos breves todos los días.

## ¿Cómo acostumbro a mi hijo a la mascarilla?

- Su hijo puede usar la mascarilla durante 20 a 30 minutos todos los días O
- Su hijo puede usar la mascarilla durante 5 minutos al día. Aumente poco a poco los minutos. La meta de su hijo es usar la mascarilla 30 minutos al día O
- Su hijo puede usar la mascarilla con la máquina BIPAP™ o de presión positiva continua en las vías respiratorias durante 20 a 30 minutos todos los días.



- Cuando use la mascarilla, permita que su hijo vea un programa de televisión o película favorita, lea un libro, juegue un juego o haga cualquier actividad que disfrute. Esto ayudará a que su hijo vincule usar la mascarilla con algo divertido y placentero.
- Después de que su hijo se acostumbre a usar la mascarilla, póngasela a la hora de acostarse. Vea si se puede acostar con la mascarilla puesta. **Los niños no deben quedarse dormidos con la mascarilla puesta a menos que esté conectada a la máquina de presión CPAP o BiPAP.**
- Recompense a su hijo por usar la mascarilla. Una recompensa no tiene que costar dinero. Lo importante es mostrarle lo orgulloso que está de él.

## ¿Qué pasa si mi hijo aún no puede acostumbrarse a usar la mascarilla?

Si esto ocurre, es muy importante que llame al Centro del Sueño al (414) 266-4924. Puede hablar con algún miembro de nuestro personal capacitado. Ellos pueden tener otras ideas o pueden llamar al médico del sueño.

**Para obtener más información sobre la salud y el bienestar, consulte este recurso:**

<https://kidshealth.org/ChildrensWI/es/parents>

**ALERTA:** Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualquier consulta o inquietud o si su hijo tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.

**Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo o familiar. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.**