

Ayude a su hijo a afrontar la situación

Estar en el hospital puede ser difícil para los niños de todas las edades. Es un lugar nuevo con gente nueva y es posible que tenga que someterse a pruebas que le den miedo o a procedimientos dolorosos. Su hijo puede estar más preocupado de ir al doctor o al hospital. Una manera de ayudarlo es usar el juego médico en casa.

¿Qué es el juego médico?

Este tipo de juego ayuda a los niños a explorar y conocer los materiales médicos jugando. Esto puede ayudarlos a sentirse más en control. A menudo los niños no saben cómo decirle cómo se sienten. En lugar de esto, lo pueden mostrar durante el juego y ayudarlo a usted a saber a lo que le tiene miedo o lo que no entiende.

¿Cómo pueden hacer los padres el juego médico en casa?

- **Juegue con un botiquín de juguete.** Su hijo puede usar un animal de peluche, muñeca o juguete como el paciente. Esto lo puede ayudar a expresar sus sentimientos.
- **Haga un proyecto de arte** con materiales médicos. Puede usar curitas, depresores linguales, gasa, hisopos de algodón, jeringas o cinta médica para hacer arte. Coloréelos y píntelos.
- **Use materiales médicos para jugar.** Úselos como herramientas para Play Doh®. Use jeringas para echar chorros de agua en la tina.

Claves de éxito:

- **Observe.** Vea cómo juega su hijo. Escuche lo que dice. Puede enterarse cómo entiende lo que pasó en el hospital y cuáles son sus miedos. Si finge que un juguete es el paciente, pregúntele, "Dime cómo hizo sentir eso a tu paciente".
- **Deje que su hijo comparta sus sentimientos libremente.** Trate de no juzgar ni de corregir sus sentimientos. Trate de no decir: "Oh, ¡eso no dolió!" o "Eso no da miedo". Cada niño tiene su propia versión de los eventos y sentimientos.
- **No haga muchas preguntas ni le diga cómo jugar.** Deje que tenga el control, que juegue a su manera. Está bien si no usa los materiales de manera correcta o si su hijo es brusco (siempre y cuando esté seguro).
- **Canalice suavemente los malentendidos de su hijo.** Por ejemplo, su hijo puede decir que la enfermera está tratando de lastimar al paciente. Intente decir: "Sé que las inyecciones duelen, pero ayudan a nuestros cuerpos a obtener los medicamentos que necesitamos. La enfermera quiere que el paciente esté sano o que se sienta mejor".

Los especialistas en Vida Infantil ayudan a sus hijos y a los adolescentes a lidiar con su estadía en el hospital. Enseñan y preparan a su hijo usando la distracción y el juego. Si piensa que su hijo necesita el apoyo de un especialista en Vida Infantil mientras esté en el hospital, hable con su equipo de atención.

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.