

Cómo darle apoyo a su niño después de un trauma (recién nacido a 2 años)

[How to support your child after trauma (newborn to 2 years)]



Puede notar que su niño:

- Puede no querer separarse de usted o desea que lo tenga cargado en brazos más de lo normal.
- No quiere estar alejado de sus cuidadores o de los adultos que conoce. Puede exhibir más angustia cuando está lejos de ellos.
- Puede tener dificultades para dormirse o para permanecer dormido durante la noche. También puede tener pesadillas.
- Puede estar más irritable e inquieto y ser más difícil apaciguarlo.
- Puede estar asustado o sobresaltarse con más facilidad que antes.
- Puede retraerse jugando o hablando menos de lo normal.
- Presenta cambios en sus habilidades para comer o en su apetito.
- Evidencia cambios en ciertos hitos del desarrollo, como por ejemplo, gatea en vez de caminar y usa menos palabras. Parece haber retrocedido (tenido una regresión) o actúa como si tuviese menos edad.

Formas en las que puede darle apoyo a su niño

- Trate de ser paciente con estos cambios temporales.
- Mantenga la rutina de su niño lo más posible.
- Dele a su niño objetos que sean reconfortantes para él, como sus juguetes o mantas favoritas.
- Busque, acepte y aumente el apoyo para usted de modo que pueda manejar sus propios sentimientos y la conmoción.
- Tenga cuidado con lo que habla con otros adultos en frente de su hijo. Recuerde que su niño presta atención a lo que usted dice y hace.
- Si requiere de otros cuidadores, elija personas con las que su niño esté familiarizado y sean reconfortantes para él. Cuando sea posible, evite separarlo de los cuidadores importantes.
- De ser necesario, esté dispuesto a quedarse en el cuarto de su niño cuando vaya a dormir, para darle una sensación de seguridad y bienestar.
- Pase tiempo con su niño. Préstele total atención y reduzca las distracciones, como por ejemplo hablar por teléfono o ver televisión.

Esta hoja educativa contiene solo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre los cuidados específicos para él.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.