

Cómo preparar a su hijo en edad preescolar para una cirugía (4 a 5 años)



[Preparing your preschooler for surgery (ages 4 to 5 years)]

Usted puede ayudar a su hijo en edad preescolar a prepararse para una cirugía. Prepararse con anticipación le ayudará con lo siguiente:

- Calmar los miedos que tenga su hijo.
- Hacer que la recuperación sea más fácil y rápida.
- Mantener la calma para que pueda concentrarse en su hijo, en qué esperar y cómo cuidarlo después de la cirugía.

¿Cuáles son algunos de los miedos más comunes de los niños en edad preescolar?

Los niños pequeños suelen tenerle miedo a las cosas nuevas o diferentes. Algunos de los miedos comunes en niños de edad preescolar:

- Estar lejos de usted y de otros cuidadores
- Quedarse solos
- Lo desconocido
- Agujas e inyecciones
- Despertarse durante la cirugía
- Pensar que están en el hospital como castigo
- Pérdida de control
- Estar en un lugar extraño
- Tener miedo a que dañen o lastimen su cuerpo
- El dolor
- La oscuridad
- Estar lejos de casa

¿Cómo puedo ayudar a mi hijo en edad preescolar a prepararse para la cirugía?

Hable con su hijo

- Cuénteles sobre la cirugía 3-4 días antes de que ocurra.
 - Sea honesto acerca de lo que puede doler y lo que no dolerá.
 - Evite crear preocupaciones adicionales.
- Léales libros como *Una Visita al Hospital de Plaza Sésamo (A Visit to Sesame Street Hospital)*, de Deborah Hautzig. Este libro tiene dibujos de las personas y cosas que verá en el hospital.
- Los niños pequeños pueden asustarse al ver al médico con máscara y gorra. Pídale al médico que le dé una máscara y una gorra para que su hijo las pueda ver y jugar con ellas.
- Permítale a su hijo que juegue al doctor y que le haga una cirugía a un muñeco o animal de peluche con un equipo médico de juguete.
 - Jugar al doctor le da al niño en edad preescolar la oportunidad de sentirse en control y de asimilar y entender sus sentimientos.

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

Cómo prepararse para una cirugía: niños en edad preescolar, continuación

- También le dará a usted la oportunidad de observar el juego de su hijo, ver si tiene miedos o preocupaciones y hablar con él sobre cualquier cosa que no entienda.
- Asegúrese de que su hijo sepa que la cirugía no es un castigo,
 - Ayúdele a entender por qué es necesario que le hagan la cirugía.
 - Utilice palabras sencillas y explique las cosas con claridad.
- Los niños en edad preescolar tienen mucha imaginación. Ayúdele a entender lo que sucederá en realidad. Cuénteles sobre lo que podrá ver, oler, sentir, saborear y oír.
- Ofrezcale palabras de apoyo y felicítelo. Anime a su hijo a expresar sus sentimientos. Escúchelo y empatice con su hijo.

Elija sus palabras con cuidado

- Explíquele cómo le ayudará la cirugía en una forma que pueda entender. Por ejemplo, le puede decir: «Después de que el médico te arregle la pierna, podrás volver a jugar afuera».
- Use palabras simples y tenga cuidado al escoger las palabras. Por ejemplo:
 - No le diga: «El doctor va a usar gas para dormirte».
 - Puede decirle: «El médico te ayudará a que te duermas. Respirarás a través de una máscara un aire que te dará sueño. Ese aire te ayudará a dormir una siesta especial, para que no sientas nada mientras estés durmiendo» Recuérdale que la siesta especial no es lo mismo que cuando duerme por la noche.
- Dígale la verdad. Decir la verdad ayuda a generar confianza.
 - No haga promesas que no pueda cumplir, por ejemplo: «te prometo que no te va a doler».
 - No le dé motivos falsos sobre la ida al hospital.
- Dígale que si tiene dolor, podrán darle medicamentos para que se sienta mejor.

Visite el hospital

Si es posible visiten el hospital antes de la cirugía. El departamento de Atención Emocional Pediátrica (Child Life) ofrece visitas guiadas a niños mayores de 3 años

- Una visita guiada puede darle a su hijo la oportunidad de conocer el hospital. También le da la oportunidad de experimentar lo que verá, escuchará y cómo será el día de la cirugía.
- Usted y su hijo tendrán la oportunidad de hacer preguntas.
- Llame al 404-785-8648 para programar una visita guiada.

Prepárese para la cirugía

- Permita que su hijo elija su animal de peluche, juguete o manta favoritos para llevar consigo al hospital.
- Dígale que usted:
 - Se quedará esperándolo durante la cirugía.
 - Lo verá apenas lo lleven de regreso a la habitación.

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

Cómo prepararse para una cirugía: niños en edad preescolar, continuación

- Es normal que los niños en edad preescolar tengan algunos cambios de comportamiento durante este tiempo. En la mayoría de los casos, mejoran después del estrés de la cirugía.
 - Su hijo podrá necesitar más atención de la normal. Téngale paciencia. Trate de mantener la calma para que pueda ayudar a su hijo.
 - Tal vez no quiera hacer lo que se le pide o tenga rabietas.
 - Puede actuar como cuando era más pequeño y volver por ejemplo a chuparse el dedo o mojar la cama.

Cuídese

- Procure tener la información necesaria sobre la cirugía de su hijo y qué puede pasar. Esto le dará tranquilidad.
- Usted, su hijo y el resto de la familia deben estar bien descansados.
- Cuídese. Su hijo puede sentir y reaccionar a su nivel de estrés.

Esta hoja informativa contiene sólo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.