

Cómo ayudar a los bebés y a los niños menores cuando un hermano o hermana está en el hospital

(When a brother or sister is in the hospital: helping babies and toddlers cope)



Su hijo puede tener cambios de comportamiento cuando un hermano o hermana se enferma. Puede que estos cambios se deban por tratar de hacerle frente a la situación. Como padre o madre, esto puede preocuparle. Hay algunas cosas que usted puede hacer para ayudar.

Cambios comunes que usted puede notar en su niño:

- Temor ante los extraños
- Cambio en los hábitos alimentarios
- Cambios en el control de los esfínteres (para usar el baño)
- Cambio en su patrón de sueño
- Rabietas
- Temor de que usted se vaya
- Buscar su apoyo llorando o aferrándose a usted

Cómo ayudar a su hijo a afrontar la situación:

- Mantenga la rutina de su niño lo más normal posible. Esto permite al niño sentirse seguro y protegido en su entorno.
- Dele objetos que lo hagan sentir seguro, como el chupete, su cobija favorita o un animal de peluche.
- Ayúdele a expresar sus sentimientos jugando. Puede usar:
 - Plastilina (*Play-Doh*)
 - Ollas y cacerolas (para golpearlas)
 - Pintura con los dedos
 - Juegos con agua.
- Antes de salir de la casa, explíqueles a dónde va y a qué hora va a regresar.
- Déjeles un objeto suyo para que lo tengan mientras usted regresa. como una foto o una camisa
- Pase un tiempo a solas con sus niños. Déjeles saber que los extraña y lo especial que son es para usted.
- Aunque su niño no entienda lo que significa la enfermedad de su hermano (a), puede percibir los sentimientos y preocupaciones tuyas, y lo que él piensa puede ser peor que la realidad. Dele información sencilla, que incluya sus sentidos (lo que él ve, oye, siente, huele o saborea)
- Puede ser que aprenda mejor si juega al médico o escucha un cuento acerca del hospital.
- Si su niño está viviendo con otra persona, asegúrese de que sea alguien que el niño conoce bien para disminuir la ansiedad ante los extraños.

Recuerde: su niño es la misma persona de siempre, aun cuando actué diferente durante la enfermedad de su hermano(a). Estos cambios de comportamiento son comunes y frecuentemente desaparecen. Es la forma de su niño lidiar con la enfermedad y la estancia en el hospital.

Esta hoja educativa 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.

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