

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

(Preparing your child for surgery: preschool 4-5 years)



Educación para pacientes y familias

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.

Usted puede ayudar a su hijo (o hija) a prepararse para una cirugía. Prepararse con anticipación puede ayudar a:

- Calmar los miedos que tenga el niño(a).
- Hacer que la recuperación sea más fácil y más rápida.
- Darle tranquilidad a usted para que pueda concentrarse en el niño(a) y saber qué esperar y cómo deberá cuidarlo después.

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

Los niños pequeños con frecuencia le tienen miedo a las cosas nuevas o diferentes. Algunos de los miedos comunes en los niños en edad preescolar incluyen:

- Estar lejos de usted y de las otras personas que lo cuidan
- Quedarse solos
- Lo desconocido
- Agujas e inyecciones
- Despertarse durante la cirugía
- Pensar que están en el hospital como castigo
- Pérdida de control
- Miedo a que parte de su cuerpo se lastime o dañe
- Estar en un lugar extraño
- El dolor
- La oscuridad
- Estar lejos de casa

¿Cómo puedo ayudar a mi hijo(a) a prepararse para la cirugía?

Esta lista de consejos puede ayudar cuando hable con su hijo(a) sobre la cirugía.

Hable con su hijo(a)

- Cuénteles sobre la cirugía 3 a 4 días antes de que ocurra. Evite darle demasiados detalles.
- Léales libros que hablen de ir al hospital. Los niños pequeños pueden asustarse al ver al médico con una máscara y gorra.
 - *A Visit to Sesame Street Hospital*, de Deborah Hautzig, tiene dibujos de las personas y cosas que se ven en el hospital.
 - También puede pedirle al médico que le dé una máscara y una gorra para que su hijo las pueda ver y jugar con ellas.
- Permítale al niño(a) que juegue al doctor y que le haga una cirugía a un muñeco o animal de peluche. Jugar con un equipo médico de juguete es una manera divertida para que el niño(a) pueda representar sus miedos.
- Asegúrese de que su hijo sepa que la cirugía no es un castigo. Ayúdelo a comprender por qué la necesita.

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

- Los niños en edad preescolar tienen mucha imaginación. Asegúrese de que no tenga una idea equivocada sobre lo que pasará.
- Bríndele palabras de apoyo y felicitaciones, y practique la técnica de refuerzo positivo.

Elija sus palabras con cuidado

- Háblele al niño(a) en una forma que pueda entender.
- Use palabras simples y tenga cuidado con las palabras que use. Por ejemplo:
 - En lugar de decir: “El doctor va a usar gas para dormirte”, puede decir: “El doctor te va a ayudar para que te duermas. A través de una máscara, vas a respirar un aire que te va a dar sueño. Ese aire te va a ayudar a dormir una siesta especial, para que no sientas nada mientras estás durmiendo”.
 - Recuérdale que la siesta especial no es igual a cuando se duerme a la noche.
- En lugar de usar palabras como "lastimar" o "dolor", use "molestia" o "adolorido".
 - Si un medicamento le va a causar ardor, dígame al niño(a) que va a sentir “calor” o “que va a tener una sensación diferente”.
 - Si va a estar adolorido, dígame al niño(a) que podrá tomar medicamentos para sentirse mejor.
- Explíquele cómo la cirugía lo va a ayudar, en una forma que pueda entender.
 - Por ejemplo: puede decir, “Después de que el doctor te arregle la pierna, vas a poder jugar afuera otra vez”
- No mienta. Evite hacerle promesas que no pueda cumplir, tales como “te prometo que no te va a doler”. También, evite darle razones falsas sobre la visita al hospital. Decir la verdad ayuda a ganarse la confianza.

Visite el hospital

Si es posible, visiten el hospital antes de la cirugía.

- El departamento de vida infantil (*Child Life department*) ofrece visitas guiadas. La visita guiada puede ayudar al niño(a) a aprender sobre el hospital.
- Observar el entorno, escuchar los sonidos y ver lo que sucede ayudará a que el día de la cirugía el ambiente no resulte tan extraño.
- Tanto usted como el niño(a) tendrán la oportunidad de hacer preguntas.

La cirugía

- Para ayudar al niño(a) a sentir que tiene algo de control, permítale que elija su animal de peluche favorito, un juguete o su manta preferida para llevar al hospital.
- Dígame que usted se quedará esperándolo cerca durante la cirugía y que lo verá apenas lo lleven a su habitación.
- Tenga paciencia con el niño(a). Es esperable que los niños en edad preescolar necesiten más atención de lo normal en situaciones como esta. Estos comportamientos también son normales durante momentos de estrés:
 - Es posible que no quiera hacer lo que se le pide o que tenga rabietas.
 - Puede actuar como cuando era más pequeño y volver a comportamientos anteriores, como chuparse el dedo o mojar la cama.
 - Estos comportamientos generalmente mejoran una vez que el estrés y la cirugía hayan pasado.

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

Cuídese usted

- Asegúrese de tener la información necesaria sobre la cirugía y lo que puede pasar. Esto puede ayudar a no sentir tanto miedo.
- Asegúrese de que todos (usted, el niño y el resto de la familia) hayan descansado bien.
- Cuídese usted también. El niño puede sentir el nerviosismo de los adultos y reaccionar ante el nivel de estrés de quienes le cuidan.

El departamento de vida infantil (*Child Life department*) ofrece visitas guiadas en el hospital para niños mayores de 3 años de edad.

Para planificar una visita guiada al Children's Healthcare of Atlanta at Egleston, por favor llame al 404-785-6325.

Para planificar una visita guiada al Children's Healthcare of Atlanta at Scottish Rite, por favor llame al 404-785-4286.

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