

Nombre del niño: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

## Ayudar al niño a aceptar las restricciones de visitantes

El hospital tiene **restricciones al número de visitantes** para proteger al niño y mantenerlo sano. Cuando hay menos visitantes, hay menos posibilidades de propagar gérmenes entre los pacientes, los visitantes y el personal. Pero sabemos que estar lejos del niño cuando está en el hospital puede ser doloroso para usted y el niño. También sabemos que para el niño es doloroso separarse de sus hermanos. Hay varias formas para ayudarlos a Ud. y al niño a aceptar las restricciones de los visitantes mientras el niño está en el hospital.



**Hay varias formas para ayudarlos a Ud. y al niño a aceptar las restricciones de los visitantes mientras el niño está en el hospital**

Pídale al enfermero o médico las restricciones actuales de visitantes en Phoenix Children's. Esta información puede cambiar a menudo y queremos que usted sepa cómo son estas restricciones para que pueda planificar con tiempo.

### **Cúidese:**

No se descuide mientras el niño está en el hospital para disminuir el nivel de tensiones. A menudo los niños pueden sentir que los padres y seres queridos están preocupados. Trate de estar calmo y de tener una actitud positiva mientras el niño está internado para que pueda aceptar mejor las limitaciones. Esto incluye:

- Tener una dieta sana y estar hidratado
- Descansar lo suficiente
- Tomar descansos
- Ejercicios: trate de caminar afuera. El aire fresco y el ejercicio mejoran el ánimo.

## Formas de ayudar al niño a aceptar situaciones cuando Ud. no está en el hospital:

Para algunos niños, puede ser muy difícil estar solos si Ud. no puede estar junto a él. Pero hay varias formas de ayudarlo a aceptar sus ausencias:

- Prepárese con anticipación. Avísele al niño cuándo se irá y cuándo cree que volverá al hospital. Háblele sobre el hecho de estar solo mientras usted no está en el hospital. Háblele abiertamente y sea sincero. Pídale que hable con Ud. sobre sus sentimientos. Prepare al niño a estar solo haciendo una cuenta regresiva 3 a 5 minutos antes de irse.
- Hable con el enfermero todos los días y si tiene que dejar el hospital. Haga un plan con ellos para que sepan cuándo se va y cuándo piensa volver.
- Pida hablar con un especialista en Vida Infantil. Los especialistas en Vida Infantil están capacitados para ayudar a los niños y a sus familias con las enfermedades y la estadía en el hospital. Ofrecen el apoyo necesario para que los niños y sus familias puedan comprender qué sucede.
- Háblele por teléfono al niño mientras está solo. También puede usar la aplicación 'JusTalk Kids' en la iPad® que está al lado de la cama de la habitación. Durante esta llamada puede contarle un cuento al niño o hablar de algún recuerdo familiar especial.
- Escriba una nota o dibuje algo en la pizarra para el niño antes de dejar la habitación del niño.
- Si intercambia las visitas con otro cuidador, un **elemento de transición** puede ser de ayuda cuando hagan el intercambio. Un artículo de transición puede ser una pegatina o un objeto pequeño de fieltro (pañolenci) que usted saca de la habitación para dárselo a un segundo cuidador. Cuando el segundo cuidador regresa con el artículo de transición, el niño sabe que ambos cuidadores estuvieron pensando en él durante el intercambio. De esta manera el niño estará esperando algo cuando el segundo cuidador llega al hospital con el objeto de transición. Si usted y el niño quisieran usar el artículo de transición, hable con el enfermero del niño o el especialista en Vida Infantil al menos dos horas antes de intercambiar cuidadores.



**Un objeto llamado artículo de transición puede ayudar cuando usted y el segundo cuidador intercambian lugares**

## Ayude a sus niños a estar interconectados:

Cuando los niños no pueden visitar el hospital, todos se sienten mal. Usted puede ayudarlos a estar conectados de distintas formas:

- Háganse llamadas por teléfono o por video para que puedan hablarse con regularidad.
- Pueden escribirse cartas, colorear dibujos y hacer dibujos para el niño que está en el hospital agregue estos regalitos en un diario. Luego, deje que el niño devuelva algo para los hermanos cuando Ud. va a la casa. Dele al diario un nombre especial como el **diario Yo-Yo** y transpórtelo entre los hermanos.
- Hagan artesanías juntos con actividades programadas en el hospital que puedan compartir los hermanos en la casa. Comuníquense por video para que todos puedan ver qué artesanías preparan.
- También podrían tener un día de película en el que todos, el niño internado y los hermanos en la casa, ven la misma película en el mismo momento. Después de la película, deje que todos hablen de ella. Que cada niño por turno elija una película para ver juntos.
- Lean historias juntos: los hermanos se leen cuentos por turno por teléfono o por video.



Hagan artesanías juntos con actividades programadas en el hospital que puedan compartir los hermanos en la casa. Hagan un video para compartir las experiencias.

Estas actividades se pueden hacer con otros familiares y amigos para que el niño se acostumbre a estar en el hospital.

## Tenga un sistema de apoyo mientras el niño está internado:

Tener un sistema de apoyo mientras el niño está en el hospital puede disminuir las tensiones y aceptar la situación.

- Pídale a algún pariente, amigo, colaborador o conocido de su grupo religioso que lo ayude a hacer mandados, cuidar a los otros niños y ayudarlo con las tareas de la casa.
- Hable de lo que siente y de lo que teme con alguien en quien confíe o un consejero.
- Encuentre una única manera de comunicarse con sus seres queridos para actualizarlos.

Hable con el enfermero, médico o especialista en Vida Infantil si Ud. o el niño pasan por una situación difícil de aceptar al restringir las visitas durante la internación del niño. Estamos aquí para apoyarlo.

### **Después de leer esta información:**

- Dígale al médico, enfermero o especialista en Vida Infantil cómo Ud. y el niño podrán aceptar las restricciones de visitantes durante la internación del niño. (Marcar después de hacerlo).



Si tiene alguna pregunta o, inquietudes

- Llame al médico del niño o
- Llame al \_\_\_\_\_

Para saber más sobre salud y enfermedades infantiles,  
visite nuestra biblioteca The Emily Center en Phoenix Children's Hospital  
1919 East Thomas Road  
Phoenix, AZ 85016-7710  
602-933-1400  
866-933-6459  
[www.phoenixchildrens.org](http://www.phoenixchildrens.org)  
[www.theemilycenter.org](http://www.theemilycenter.org)  
Facebook: [facebook.com/theemilycenter](https://facebook.com/theemilycenter)  
Twitter: @EmilyCenter\_Esp

**Advertencia**

La información que se brinda en este sitio es de índole general y con fines educativos solamente, y no reemplaza la consulta, examen o tratamiento médicos. Phoenix Children's Hospital lo insta a comunicarse con su médico si tiene preguntas sobre algún problema médico.

16 de febrero del 2022  
#3720/3716s • Autora: Nicki Mitchell, MSN, RN, IBCLC, CPN  
Adaptado del texto de Lara Yoblonski, MD  
Traducción: Marcela Testai, MD, MA, MBA