



Preparativos para la cirugía de tu hijo: edad preescolar

- ❑ Cuándo decirle
 - ❑ Cómo decirle
 - ❑ Quién le explica
 - ❑ Cómo hacer que se sienta seguro en el hospital
 - ❑ Qué se puede utilizar para explicarle
 - ❑ Qué comportamientos esperar después de la operación
 - ❑ Cuidar a los hermanos
 - ❑ Cuidarte tú también



Cuándo decirle



Una regla general para decidir en qué momento hablar con tu hijo sobre una hospitalización es contar un día por cada año de edad del niño

Por ejemplo: a un niño de 2 años de edad le puedes hablar dos días antes del ingreso y a un niño de 4 años, cuatro días antes

Esto es una indicación general y cada familia tiene que evaluar cuándo es el mejor momento, dependiendo de otros factores particulares para cada niño.

Pero siempre es recomendable que no hables con tu hijo en edad preescolar con muchos días de antelación para evitar generarle demasiada inquietud.



Cómo decirle



Explícale por qué es necesaria la operación. Es muy importante que le digas a tu hijo que la operación se hace para mejorar su corazón

En ocasiones los niños desarrollan ideas erróneas acerca de los motivos de su operación. Por ejemplo, pueden llegar a creer que han hecho algo incorrecto o se han portado mal y que por esa razón se les castiga con la hospitalización

Si tu hijo no recibe ninguna explicación previa a su ingreso hospitalario, es probable que imagine cosas que le generen mayor inquietud. Siempre es mejor una explicación.



Las explicaciones que le puedas dar a tu hijo pequeño sobre su operación son muy limitadas, pero puedes evitar comportamientos que aumenten su inseguridad

Por ejemplo, que los adultos dejen de hablar cuando el niño entra en la habitación o que empiecen a hablar deletreando delante de él, le genera temor e incertidumbre



Por encima de todo, trasmítele a tu hijo una actitud positiva al tratar el tema de la hospitalización



Los niños a esta edad sienten mucho temor ante lo desconocido y es fundamental que tú le des a tu hijo una idea de lo que va a pasar para controlar esa inquietud.

Dale explicaciones claras y sencillas



Piensa bien el vocabulario que vas a utilizar y evita términos que se presten a confusión en su mente

Si le hablas de la anestesia, por ejemplo, como algo que le hará dormir, no dejes abierta la idea sino enfatiza que luego se despertará, cuando el doctor haya acabado de curarle

Considera que los niños toman literalmente las palabras y las relacionan con las cosas que les son más conocidas: es preferible decirle una frase como "el doctor te va a curar el corazón" a darle una descripción que incluya alguna palabra que el niño asocie con cortes, tijeras o heridas.



Responde a todas sus preguntas con información que sea capaz de asimilar y reafirmando su confianza

Por ejemplo, si pregunta si le va a doler, le puedes contestar: "Sí, te va a doler un poco, pero no va a durar mucho"

Al tratar con tu hijo el tema de la hospitalización es importantísimo decir siempre la verdad, de acuerdo a su edad y su nivel de comprensión



Tu hijo recordará si le dices: "Esto no va a doler nada" y luego le duele, o "No vas a pasar la noche en el hospital" y después tiene que hacerlo.

Si le ocultas la verdad, será difícil que tu hijo vuelva a creerte la próxima vez y, en cambio, se puede generar una espiral de desconfianza y ansiedad.

Quién le explica



En el momento de contarle sobre la operación y el hospital no es necesario que ambos padres participen si a alguno de ellos se le hace difícil

Como se trata de transmitirle confianza y tranquilidad, la persona más indicada para hablar con él será quien mejor pueda hacérselo sentir

Una vez en el hospital, trata de reforzar lo explicado en casa enfatizando siempre los aspectos positivos.



Cómo hacer que se sienta seguro en el hospital

Es muy recomendable, si es posible, hacer con tu hijo un recorrido previo de visita por el hospital.

Incluso poder tocar cierto instrumental médico y entrar en contacto con el personal del hospital le ayudará a sentirse más confiado cuando esté ingresado.

Tener cierta familiaridad con el lugar, los sonidos y las situaciones que el niño experimentará el día de la cirugía le ayudará a sentirse más tranquilo y a no experimentar una pérdida de control

Un cuento donde pueda ver, con tu ayuda, algunas situaciones que se encontrará en el hospital es muy útil para familiarizarle con el entorno. Por ejemplo, [Mi libro de Menudos Corazones](#)



Tener un objeto conocido cerca cuando sea imprescindible separarse de sus padres puede ser muy reconfortante para un niño

A la hora de hacer la maleta deja que tu hijo colabore y decida si quiere llevarse algún juguete o alguno de sus objetos preferidos al hospital



No es buen momento para comprarle un juguete nuevo, sino para darle seguridad con sus cosas de casa.

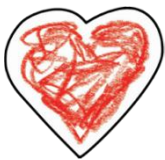
Los juguetes nuevos serán apropiados, en cambio, para entretener las horas en ingresos prolongados.



Procura estar con tu hijo todo el tiempo que te sea permitido mientras estés hospitalizado

En los momentos en que no te sea posible estar presente, puedes dejar con él algún objeto o prenda de vestir que tu hijo identifique claramente contigo. Le ayudará a sentirse tranquilo y confiado cuando no puedas estar con él

Intenta hacer turnos para que siempre que sea posible alguno de los padres esté cerca del niño durante su estancia en el hospital.



Para un niño en edad preescolar el juego en forma de actuación ocupa un espacio fundamental: los peluches, las marionetas y los muñecos son muy efectivos para comunicarte con él y darle la información que necesita



Ponerle una vía a uno de sus muñecos o jugar al doctor puede ayudarle a familiarizarse con algunos procedimientos que encontrará en el hospital y a hacer las preguntas que se le ocurran

En general, puedes servirte de la imaginación de tu hijo y de los juegos para hacerle llegar explicaciones sencillas sobre la operación y el hospital.



Qué comportamientos esperar después de la operación



Es normal que tras la cirugía tu hijo demande mucha atención e incluso tenga reacciones violentas y no se muestre cooperativo

Dependiendo de su edad, puede ser que la imposibilidad de expresarse verbalmente le lleve a hacer rabietas

Es posible que llegue a tener comportamientos regresivos en su desarrollo, como volver a orinarse en la cama o chuparse el dedo. Generalmente, mejorará una vez pasado el estrés de la cirugía y la estancia en el hospital.



Puede ocurrir que tu hijo pequeño, una vez de vuelta a casa, finja seguir en el hospital. Se trata de un comportamiento que le ayuda a integrar la experiencia en su vida normal

Es importante que el niño manifieste mediante sus juegos, sus dibujos o con palabras, dependiendo de su edad, sus sentimientos como un modo de incorporarlos a su normalidad



Al volver a casa y sentirse en un ambiente seguro, a tu hijo le puede resultar más fácil expresar sus emociones respecto a lo vivido.

Cuidar a los hermanos



Si tu hijo tiene hermanos, no hay que olvidar que ellos también estarán pasando por un momento difícil

Será importante contar con un sistema de apoyo que les aporte tranquilidad mientras sus padres estén enfocando su atención en el hermano hospitalizado



Es normal que tu hijo se preocupe por un hermano que tiene que ir al hospital y también que se sienta enfadado porque sus padres están dedicando la mayor parte del tiempo a su hermano enfermo

Los niños pueden sentir gran preocupación por un futuro incierto e incluso es posible que lleguen a pensar que ellos también pueden enfermar.

Ayuda mucho a los niños poder continuar con sus rutinas diarias y sentir que no han cambiado las reglas, los horarios y las referencias que regían normalmente su vida



Estar en comunicación con ellos para saber qué están pensando y sintiendo es fundamental para encontrar la manera de que no se generen miedos incontrolados

Acepta todo el apoyo que te ofrezcan en tu entorno para que tus hijos puedan seguir con sus costumbres ya que les proporcionan tranquilidad y sentimiento de control.

Cuídate tú también

Una cirugía es siempre estresante y es muy importante que no descuides tu propio bienestar para afrontarla en las mejores condiciones

Durante el periodo de hospitalización, intenta simplificar al máximo tu vida y no dudes en pedir ayuda a familiares y amigos

Tu hijo necesita más que nunca que estés tranquilo y confiado y que mantengas una actitud positiva.



Todo esto los niños lo pueden percibir.



Tener toda la información disponible sobre la cirugía o la intervención que se le va a realizar a tu hijo es una forma de tener control y mantenerte tranquilo



No saber y no mantenerse informado provoca que los temores crezcan de manera descontrolada y se genere mayor ansiedad en tu entorno

Al estar bien informado, también te sentirás más confiado para darle explicaciones a tu hijo y podrás contestar sus preguntas de manera sencilla y clara.

Sentir que sus padres responden a sus dudas con seguridad le proporcionará sensación de confianza y sosiego.

Este texto ha sido elaborado por *Menudos Corazones* teniendo en cuenta las siguientes fuentes:

- *American Heart Association*
- *Así es mi corazón: Children's Heart Foundation*
- *Biblioteca pediátrica de la salud: Yale Medical Group*
- *Corience.org*. Plataforma europea independiente sobre cardiopatías congénitas
- *KidsHealth.org*

