

Hablemos ACERCA DE...

Preparación para la cirugía

Los niños de todas las edades tienen preguntas y temores cuando se trata de ir al hospital, sobre todo antes de una cirugía. Pueden sentirse confundidos, abrumados y asustados. Algunos niños tienen fantasías y preocupaciones sobre lo que sucederá en el hospital. Estos temores con frecuencia son más atemorizantes de lo que sucederá en realidad.

Muchas veces, los padres y cuidadores no saben cómo preparar a sus niños para una cirugía; esto ocurre porque es posible que no sepan qué esperar. A veces, creen que es mejor no hablarle demasiado a su niño sobre la cirugía. Sin embargo, por lo general, cuanto más sepan tanto usted como su niño sobre la cirugía y lo que deben esperar, más fácil les será sobrellevarlo.

¿Cuáles son los temores y las preocupaciones más comunes que mi niño puede tener?

Los temores y las preocupaciones más comunes son:

- **“¿Qué pasa si me despierto en medio de la cirugía?”** Esto no sucederá. El médico sabe la cantidad exacta del medicamento para dormir que su niño necesita para mantenerse dormido y que no sienta la cirugía. El médico deja de suministrar el medicamento para dormir al final de la cirugía para que su niño se despierte. Es muy útil que le diga a su niño que estará con él en cuanto se despierte.
- **“¿Qué pasa si los médicos se equivocan? ¿Y si hacen otra cirugía?”** Es posible que a su niño le preocupe que el médico cometa un error que pueda cambiar su cuerpo para siempre. Para disminuir estos temores, dígame a su niño que el personal del hospital le pondrá un “brazalete” en la muñeca para que todos sepan su nombre. Coménteles también que seguirán procedimientos especiales para marcar el lugar correcto de la cirugía en su cuerpo, y que esto hace más fácil que los médicos y las enfermeras le den los medicamentos correctos y

hagan las pruebas y cirugías adecuadas. Puede ser útil que le hable a su niño con frases sencillas como: “Los médicos sólo van a hacer una abertura muy pequeña para sacar tu apéndice”.

Otras preocupaciones comunes son:

- Estar lejos de la escuela y de los amigos
- Que una parte de su cuerpo quede dañada o desfigurada
- Las agujas
- Morirse después de la cirugía
- Pensar que ir al hospital es un castigo por haberse portado mal

Además, algunas preocupaciones especiales de los adolescentes pueden ser:

- La imagen corporal y cualquier cosa que pueda afectar su aspecto
- Que sus amigos piensen que son diferentes
- Que los atiendan cuidadores del sexo opuesto
- Estar físicamente expuestos de alguna forma

Aún si las preocupaciones de su niño o adolescente le parecen poco importantes, intente ser comprensivo referente a estos temas y deje que su niño hable de ellos con usted si así lo desea.

¿Qué puedo hacer para ayudar?

- Infórmese tanto como pueda sobre la cirugía de su niño.
- Piense cuándo y cómo comenzará a preparar a su niño para la cirugía.
- Hable con su niño y responda sus preguntas.
- Haga preparativos con respecto a su familia antes del día de la cirugía.
- Llegue preparado el día de la cirugía.
- Sepa lo que debe esperar del comportamiento de su niño.

1. Infórmese tanto como pueda sobre la cirugía de su niño y ayude a su niño a hacer lo mismo.

Su niño puede darse cuenta si usted está preocupado o ansioso por su cirugía. Por lo tanto, infórmese tanto como pueda para estar preparado y responder a sus preguntas de forma simple y honesta. De esta manera, usted estará listo para ayudar a su niño.

Los estudios demuestran que los pacientes que están bien preparados y tienen expectativas realistas sobre lo que deben esperar de la cirugía:

- Sobrellevan la situación de forma más efectiva y se sienten menos ansiosos
- Tienen menos náuseas y vómito
- Caminan y comen más pronto después de la cirugía y con frecuencia también pueden volver a casa en menos tiempo
- Están más tranquilos, tienen menos dolor y necesitan menos analgésicos
- Tienen menos problemas de comportamiento después de la cirugía

Los padres que están bien preparados también pueden sobrellevar la situación más fácilmente y pueden ayudar mejor a su niño.

El Primary Children's Medical Center le brinda clases de preparación quirúrgica para niños de todas las edades (de 2 a 17 años) con el fin de ayudarlos a ellos y a usted a prepararse para la cirugía. Por lo general, las clases se dan cuatro veces a la semana (lunes, martes, miércoles y jueves) y duran una hora (de 4:30 p.m. a 5:30 p.m.). Las clases son videos, actividades según la edad del niño, conversaciones y un paseo. Pídale a su enfermera o al médico más información sobre estas clases o llame al 801.662.2824 para registrarse.

2. Piense cuándo y cómo comenzará a preparar a su niño para la cirugía.

Los padres con frecuencia se preguntan con cuánta anterioridad deben preparar a su niño para la cirugía. Esto no sólo depende de la edad del niño, sino también de cuándo empieza a hacer preguntas.

- Los bebés menores de 10 meses pueden comenzar a prepararse en cualquier momento. Juegue con su

niño a las escondidas usando cubrebocas o deje que se ponga gorros como los del cirujano en la cabeza. También puede jugar con otros artículos médicos como estetoscopios y medidores de la presión arterial de juguete, según su edad.

- Los niños muy pequeños, entre los 10 meses y los tres años de edad, pueden comenzar a prepararse dos o tres días antes de la cirugía. Es posible que tenga que repetirle a su niño las mismas cosas una y otra vez. Los niños de esta edad pueden jugar con equipos médicos de juguete y artículos médicos reales como cubrebocas, cinta adhesiva y vasitos dosificadores. Esto permite corregir cualquier idea errónea que su niño pueda tener y le deja exteriorizar sus temores.
- Los niños mayores de cuatro años de edad pueden comenzar a prepararse de cuatro a siete días antes de ir al hospital. Esto le dará a su niño el tiempo suficiente para pensar en la cirugía y hacer preguntas.
- Los niños mayores de siete años de edad y los adolescentes pueden hablar libremente con usted sobre la cirugía desde algunas semanas antes. Usted debe involucrar activamente a su niño de esta edad en la planificación de la cirugía.

3. Hable con su niño y responda sus preguntas.

Una de las mejores maneras de preparar a su niño para la cirugía, sobre todo después de informarse todo lo posible, es hablar sobre el tema. Comience por preguntarle a su niño o adolescente qué sabe y entiende sobre el hospital y la cirugía. Por ejemplo: "¿Qué clase de personas trabajan ahí?" y "¿Qué sucederá en el hospital?"

Los niños y adolescentes pueden hacer las mismas preguntas una y otra vez; esto significa que se están esforzando para entender la cirugía. Ayude a su niño contestando siempre con respuestas simples y honestas.

Estos son algunos consejos útiles para hablar con su niño o adolescente sobre la cirugía:

- Use palabras simples que su niño entienda.
- Ayude a su niño a entender el motivo de la hospitalización o la cirugía.
- Ayude a su niño a entender que los exámenes y las cirugías son necesarios para recuperarse.

- Asegúrese que su niño entienda que ir al hospital no es un castigo por haberse portado mal. Dígale que los niños nunca van al hospital por portarse mal; sólo van para curarse o sentirse mejor.
- Dígale a su niño que no estará solo y que usted o un miembro del personal estará siempre cerca para cuidarlo. Dígale que usted puede estar con él mientras empieza la cirugía y cuando despierte después de la cirugía.
- Explíquele lo que sucederá el día de la cirugía. Dígale a su niño lo que pasará y en qué orden. También dele información sensorial; es decir, hable sobre lo que podría ver, escuchar, oler, probar y sentir antes y después de la cirugía.
- A menos que su niño le pregunte algo específico, no es necesario que le cuente los detalles que no experimentará de manera directa, como por ejemplo, las cosas que ocurrirán cuando esté dormido en el quirófano. Contéstele a su niño con respuestas simples y honestas si le hace preguntas. Por ejemplo, dígale: “Cuando estés dormido, el médico te quitará las anginas”. Si usa los cinco sentidos (vista, oído, olfato, gusto y tacto), le dará a su niño respuestas más útiles y evitará darle detalles que lo hagan sentir más ansioso.
- Léale libros para niños que hablen sobre hospitales y cirugías. Puede encontrar libros adecuados para su edad en la biblioteca pública.

Consejos especiales para los adolescentes:

- Ayude a su niño adolescente a sentirse más como un adulto. Aunque necesitan pasar tiempo juntos, los adolescentes también necesitan tiempo para estar solos. Dígale a su niño cuándo podrá estar en el hospital. Si no puede regresar cuando él lo espera, llámelo y dele una explicación.
- Apoye las decisiones de su niño adolescente sobre la cirugía.
- Por ejemplo, pregúntele quiénes pueden enterarse de la cirugía (amigos, familiares, etc.).
- Sea honesto con su niño adolescente sobre lo que sucederá en el hospital. Haga que confíe en usted. Recuerde usar palabras simples y hablen sobre lo que su niño quiera.
- Dele a su niño adolescente tiempo a solas para que hable con los médicos antes de la cirugía y en el hospital. Es posible que quiera hacerles preguntas en privado a los médicos o a las enfermeras.
- Trate de no hablar con otras personas sobre la enfermedad de su niño sin incluirlo. Es posible que usted necesite hablar con los médicos en privado, pero recuerde que los adolescentes pueden enfadarse si piensan que se les oculta algo. Ellos necesitan saber lo que sucede con sus cuerpos para sentirse en control.
- Dígale a su niño adolescente que está bien tener miedo y llorar.
- Infórmese tanto como pueda sobre la cirugía de su niño. Su niño adolescente puede darse cuenta si usted está preocupado. Cuanto más sepa usted, mejor se sentirán usted y su niño.
- Pídale a los amigos de su niño adolescente que le llamen o le envíen tarjetas sin importar si pasa la noche en el hospital o vuelve a casa el mismo día. Deje que él decida quién quiere que lo visite y cuándo.

Usted puede llamar al “Child Life Department” (Departamento de Vida Infantil) al 801.662.3740 si necesita ayuda para hablar con su niño y contestar sus preguntas con respuestas simples y honestas.

4. Haga preparativos con respecto a su familia antes del día de la cirugía.

Si hay otros niños en su familia, busque a alguien que los cuide el día de la cirugía. Esto le permitirá concentrarse en el niño que está en el hospital en lugar de preocuparse por lo que ocurre en casa.

5. Llegue preparado el día de la cirugía.

- Asegúrese que su niño no coma o beba nada antes de la cirugía; esto es parte importante de la preparación para la cirugía. Es posible que la cirugía se deba cancelar si su niño come o bebe algo cerca de la hora de la cirugía.
 - No deje que su niño coma o beba nada excepto líquidos claros después de la medianoche antes de la cirugía. Los líquidos claros son Jell-O®, gelatina líquida, agua con azúcar, jugo de

manzana, 7-Up®, Sprite®, Pedialyte®, Kool-Aid® o agua. No le dé a su niño caldo ni bebidas con pulpa, como jugo de naranja, uva o tomate. No limite las cantidades a menos que el médico o el anestesiólogo le digan lo contrario.

- No deje que su niño coma ni beba nada por vía oral (por la boca) tres horas antes de la cirugía.
- Si está amamantando, puede darle pecho a su niño hasta seis horas antes de la cirugía.
- La enfermera que le llamará el día anterior a la cirugía le dará más instrucciones.
- Usted debe comer antes de ir al hospital. Aún si no se le permite a su niño comer ni beber antes de ir al hospital, es importante que usted sí lo haga. Comer antes de llegar al hospital le ayudará a tener más energía y menos estrés. De ser posible, no coma ni beba nada frente a su niño, ya que esto puede ser frustrante para él si no puede comer ni beber antes de la cirugía.
- Lleve al hospital uno de los juguetes favoritos de su niño u otros objetos familiares. Esto hará que su niño se sienta más seguro. Se recomienda que traiga algo a lo que le tenga mucho apego.
- Lleve ropa cómoda para su niño para que la use cuando vuelva a casa después de la cirugía. Por motivos de seguridad, su niño debe usar una pijama del hospital durante la cirugía y el período de recuperación en el hospital. Sin embargo, lleve su ropa favorita para que la use cuando vuelva a casa. Asegúrese también de etiquetar todas sus pertenencias y dejar todos los objetos de valor como joyas en casa.

6. Sepa lo que debe esperar del comportamiento de su niño.

Es común ver cambios de comportamiento en los niños antes, durante y después de la cirugía, incluso si pasa sólo un día en el hospital. Algunos niños o adolescentes pueden parecer enfadados con sus padres y con el personal del hospital. Es posible que se

nieguen a hablar o a jugar con usted o con el personal encargado; este comportamiento es normal. Tenga en cuenta que nuestro personal está acostumbrado a trabajar con niños y adolescentes atemorizados y nerviosos.

Un cambio de comportamiento común es que los niños o adolescentes se comporten como si fueran más pequeños. Por ejemplo, los niños que aprendieron recientemente a ir solos al baño pueden mojar la cama durante unos días o unas semanas después de la cirugía. Algunos niños pueden comenzar a chuparse el dedo o hacer berrinches, incluso si ya hace bastante tiempo que no lo hacían. Los niños mayores y los adolescentes pueden estar mucho más callados y tímidos en el hospital y pueden tener falta de atención.

Recuerde que todas estas son respuestas saludables y normales por la estadía en el hospital. Aunque esto puede exigirle mucha paciencia, es importante que apoye a su niño tanto como sea posible. Trate de no enojarse con su niño, distanciarse ni amenazarlo. Estos comportamientos sólo lo enfadarán más y se sentirá muy solo.

Es posible su niño o adolescente siga teniendo cambios de comportamiento una vez que esté en casa. Las pesadillas son frecuentes después de la cirugía. Su niño puede ser más dependiente y expresar más temores con respecto a separarse de usted. Los adolescentes pueden ser temperamentales o retraídos y algunos pueden enfadarse con más facilidad. Lo más útil en estos casos es apoyar a su niño mientras dure este comportamiento y evitar castigarlo por estas respuestas.

La mayoría de los cambios de comportamiento desaparecen entre dos a cuatro semanas después de volver a casa.

Llame al “Same Day Surgery Clinical Educator” (Orientador clínico en cirugía ambulatoria) al 801.662.2882 o al “Child Life Department” (Departamento de Vida Infantil) al 801.662.3740 si tiene preguntas sobre la cirugía o la hospitalización.