

Hablemos Acerca De...

Lesión cerebral: cómo crear un ambiente curativo

Los niños que han tenido una lesión cerebral a menudo tienen problemas para el manejo de actividades, el ruido y la luz después de su lesión. Esto puede durar un tiempo.

El cerebro de su niño recibe información continuamente. Esto ocurre cuando ve, escucha, toca, prueba o huele algo. Esta gran cantidad de información puede ser difícil de manejar después de una lesión cerebral. Su niño puede sentirse frustrado, abrumado, confundido o con miedo. Puede que no sea capaz de decirle a usted lo que necesita o que se siente incapaz de cambiar su entorno.

Es importante conocer las señales de cuándo su niño está teniendo dificultades o sintiéndose abrumado. Existen algunas formas mediante las que usted puede proporcionar un ambiente curativo para su niño.



¿Cuáles son algunos irritantes o desencadenantes que pueden sobrecargar a mi niño?

- No ser capaz de comunicar deseos y necesidades
- Entorno desconocido
- Ruido de los visitantes, personas que hablan, pitidos, televisión o música

- Contacto no deseado (colchas amontonadas, ropa retorcida o ajustada, vendajes, masajes, palmaditas con la mano o picor)
- Luz solar, luces en el techo y la luz de la televisión o en la pantalla de la computadora
- No dormir lo suficiente o no tener períodos de descanso entre actividades
- Dolor
- Problemas intestinales o urinarios (incontinencia nocturna y estreñimiento)
- Atención hospitalaria (medirse la presión arterial, exámenes físicos o cambios de vendajes)

¿Cuáles son las señales de que mi niño se siente abrumado?

Los niños que se sienten abrumados pueden estar:

- Confundidos
- Irritables
- Enojados
- Frustrados
- De mal humor
- Agresivos (patean, golpean, muerden, gritan o amenazan)
- Inquietos y repiten acciones (se rascan la cabeza o sacuden sus piernas)
- Retraídos (no hablan ni interactúan con las personas)

¿Qué puedo hacer para ayudar a mi niño?

Crear un ambiente calmado

- Disminuir el ruido
- Apagar la televisión
- Hablar en voz baja cerca de su niño

- Hablar con los visitantes fuera de la habitación de su niño
- Cerrar la puerta de su niño
- Poner música suave y apacible durante un tiempo corto

Mantener las luces de la habitación tenues

- Usar luces indirectas
- No usar luces de techo brillantes
- Bajar las persianas
- Apagar los aparatos electrónicos
- Cerrar la puerta de la habitación

Limitar las visitas

- Únicamente permitir visitantes una vez que su niño haya descansado
- Limitar el número de visitantes que haya al mismo tiempo en la habitación
- Sugerir que se hable en voz baja durante la visita
- Permitir que los visitantes permanezcan en la habitación de su niño únicamente por poco tiempo
- Usar las áreas familiares y las salas de espera para los visitantes

Estimular el sueño de su niño

- Proporcionar una habitación tranquila y oscura para dormir
- Realizar las tareas de cuidado (cambiarle el pañal y darle la medicina) al mismo tiempo para estimular las siestas y darle más tiempo para dormir por la noche
- Seguir una rutina relajada y predecible para acostarse a dormir (baño, masaje y relatar un cuento)

Controlar el dolor

- Reposicionar a su niño
- Tratar de dar un masaje a su niño
- Hacer que se tome el analgésico antes de las actividades que pueden causarle incomodidad

Manejar las necesidades intestinales y de la vejiga

- Cambiar el pañal o la ropa interior de su niño rápidamente cuando esté mojada o sucia
- Pedirle que vaya al baño con frecuencia
- Evitar o controlar el estreñimiento

Proteger a su niño del peligro

- Evitar que su niño se caiga ayudándole a caminar hacia el baño o a usar el baño
- Quitar objetos afilados y peligrosos del entorno de su niño
- Colocar almohadillas en las barandillas de la cama de su niño o considerar poner una cama tipo carpa
- Proteger la piel de su niño si se mueve en repetidas ocasiones

Disminuir la confusión

- Tener alrededor de su niño personas que sean consecuentes y traer de casa objetos con los que esté familiarizado
- Desarrollar rutinas e horarios para su niño
- Usar indicadores de orientación tales como relojes, calendarios y señales
- Hablarle a su niño sobre la situación y quién es usted con frecuencia (conocido como reorientación)

Evitar la agitación

- Usar un lenguaje claro y sencillo con una voz suave y apacible
- Crear un ambiente tranquilo y apacible
- Asegurarse de que su niño pueda dormir por la noche y que descanse durante el día
- Tranquilizar y reorientar a su niño según sea necesario
- Explicar lo va a hacer antes de tocar a su niño
- Permitir períodos de descanso entre las actividades
- Observar las actividades o la hora del día en las que su niño se agita

Calmar a su niño agitado

- Dar instrucciones simples de un solo paso
- Decirle a su niño lo que quiere que haga en lugar de decirle lo que no debe hacer
- Pedirle que vaya al baño con frecuencia
- Llevarle a caminar o empuje su silla de ruedas (el movimiento es relajante)
- Distrayer y reorientar (cambie el tema o dirija la atención a otra cosa)
- Dar a su niño una pausa en la actividad que pueda estar causándole agitación
- No tratar de razonar con su niño cuando este esté agitado

Notas

Brain injury: Creating a healing environment

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

