

Hablemos Acerca De...

Cirugía: Prepararse emocionalmente

Los niños de todas las edades tienen preguntas y temores cuando visitan el hospital, especialmente antes de una cirugía. Pueden sentirse confundidos, abrumados y asustados. Ayudar a su niño a saber qué esperar puede ayudarle a:

- Enfrentar mejor la situación y recuperarse de manera más rápida después de la cirugía
- Tener menos náusea y vómito
- Caminar y comer más pronto después de la cirugía
- Poder irse a casa más pronto
- Estar más tranquilo, sentir menos dolor y necesitar menos analgésicos
- Tener menos cambios de humor después de la cirugía

Siga leyendo para obtener consejos sobre cómo ayudar a su niño a prepararse emocionalmente para una cirugía.

¿Cómo puedo obtener (y ayudar a mi niño a obtener) más información acerca de la cirugía?

La mejor manera de obtener más información acerca de la próxima cirugía de su niño es asistir a una clase preoperatoria. Esta clase se lleva a cabo:

- **Lunes y miércoles** de 4:30 a 5:30 p. m. en el Primary Children's Hospital
- **Jueves** de 4:00 a 4:45 p. m. (para niños de 2 a 10 años) y de 5:00 a 5:45 p. m. (para niños de 11 años en adelante) en el área de servicios para pacientes externos de Primary Children's en Riverton (se necesita programar una cita para clases adicionales)

La clase, para padres, pacientes y hermanos que asisten incluye:

- Un recorrido por el área de cirugía
- Un video sobre qué esperar durante la cirugía
- Una sesión de juegos médicos con equipos de cirugía, olores, imágenes y sonidos

- Tiempo para que los niños mayores y los adolescentes hablen sobre sus inquietudes
- Tiempo para que los padres le hagan preguntas al personal

Para inscribirse en la clase, llame al 801-662-2824 (hospital principal) o al 801-285-1537 (Riverton).

¿Cuándo y cómo preparo a mi niño para la cirugía?

Usted puede preguntarse con cuánto tiempo de anticipación preparar a su niño para la cirugía. Esto depende de la edad de su niño y de cuándo empieza a hacer preguntas.

- **Bebés (de 1 año o menores):** prepare a su bebé en cualquier momento jugando a Dónde Está el Bebé con máscaras quirúrgicas o dejándoles usar gorros de cirugía en la cabeza. Su bebé también puede ver y jugar con otros artículos médicos, según sea apropiado, como estetoscopios y manguitos de presión arterial de mentiras.
- **Niños pequeños (de 1 a 3 años):** prepárelo de 2 a 3 días antes de la cirugía. Pueden jugar con kits médicos de mentiras y artículos médicos verdaderos, como máscaras quirúrgicas, cinta adhesiva y recipientes para el medicamento. Esto les ayuda a hablar sobre sus miedos y a entender lo que ocurrirá durante la cirugía. Es posible que tenga que hablar de las mismas cosas una y otra vez.
- **Niños en edad preescolar y escolar (de 4 a 7 años):** prepárelo de 4 a 7 días antes de la cirugía. Esto les da tiempo suficiente para pensar en la cirugía y hacer preguntas.
- **Niños mayores (de 7 a 17 años):** hable abiertamente sobre el hospital algunas semanas antes de la cirugía. Involucre activamente a su niño al planear la cirugía y asegúrese de que se sienta cómodo haciéndole preguntas a usted y al cirujano.

¿Cuáles son los temores comunes que mi niño puede tener acerca de la cirugía?

Las preocupaciones comunes antes de la cirugía incluyen:

- Despertar en medio de la cirugía
- Que los cirujanos cometan errores o realicen la cirugía incorrecta
- Tener una gran abertura quirúrgica
- Estar lejos de la escuela y de los amigos
- Tener una parte de su cuerpo cicatrizada o que se vea diferente después de la cirugía
- Pinchazos de agujas
- Morir durante o después de la cirugía
- Ser castigado a través de la cirugía
- Tener un proveedor de atención del sexo opuesto
- Estar expuesto físicamente de alguna manera
- Preocupaciones por la imagen corporal
- Verse o actuar de manera diferente a sus amigos

¿Cómo puedo ayudar a que mi niño se preocupe menos por la cirugía?

Para ayudar a aliviar algunos de los temores de su niño:

- Ayúdelo a entender el motivo de la cirugía o de su estadía en el hospital.
- Dígale que los exámenes y las cirugías son parte de la recuperación.
- Asegúrele que las estadías en el hospital nunca son un castigo por mal comportamiento. Dígales que nunca van a ir al hospital por portarse mal, sino para sanar o mejorar.
- Dígale que usted estará con él antes y después de que se despierte de la cirugía.
- Explique que el anestesiólogo es un médico que le dará la cantidad correcta de medicamentos para dormir para no despertarse durante la cirugía.



¿Qué debo hacer ahora?

- 1** Asegúrese de que su niño entienda que las estadías en el hospital no son un castigo.
- 2** Responda a las preguntas de su niño de acuerdo con su edad.
- 3** Explique lo que sucede el día de la cirugía, desde la llegada hasta la recuperación.

- Asegure a su niño que el equipo médico escaneará su brazalete de identificación para asegurarse de que le den el medicamento adecuado y le realicen la cirugía correcta.
- Dígale que el cirujano marcará el lugar correcto en el cuerpo para realizar la cirugía.
- Explique que el cirujano hace las aberturas más pequeñas posibles, las cuales son necesarias para la cirugía.

Incluso si las preocupaciones de su niño le parecen tontas, deje que las discuta con usted si así lo desea.

¿Cómo respondo a las preguntas de mi niño acerca de la cirugía?

Cuando hable con un niño más pequeño acerca de la cirugía:

- Empiece por preguntar qué sabe acerca del hospital o de la cirugía.
- Utilice respuestas sencillas y comprensibles.
- Explique lo que sucede el día de la cirugía, desde cuando llega al hospital hasta cuando se está recuperando de la cirugía.
- Describa lo que su niño verá, oír, olerá, saboreará y sentirá antes y después de la cirugía.
- No le cuente a su niño sobre cosas que no experimentará directamente (como lo que sucede mientras duerme en la sala de operaciones) a menos que pregunte específicamente.
- Considere leer libros para niños sobre cirugía y hospitales.

¿Qué debo decirle a mi adolescente acerca de su cirugía?

Cuando hable con su adolescente acerca de la cirugía:

- Ayúdelo a sentirse más grande y permita que tenga tiempo a solas para procesar la cirugía.
- Dele tiempo a solas para hablar con los doctores antes de la cirugía y en el hospital. Puede sentirse más cómodo haciendo preguntas sin que usted esté presente.
- Apóyelo en sus decisiones y pregúntele a quién le gustaría contar acerca de la cirugía o tener de visita (si esto es posible).
- Sea honesto acerca de lo que ocurrirá para que sepa que puede confiar en usted.
- Hágale saber que está bien tener miedo o llorar antes o después de la cirugía

- No hable con otras personas sobre su enfermedad o cirugía sin que su niño esté presente. Su niño adolescente necesita sentirse en control.
- Asegúrese de que sepa que puede tener tiempo a solas después de la cirugía si así lo desea.
- Dígale a su niño los horarios en que usted puede estar en el hospital si se tiene que quedar por unos días. Si no puede regresar cuando se espera que lo haga, llame a su niño y explíquele por qué.

Los niños y los adolescentes pueden hacer las mismas preguntas una y otra vez. Esto significa que están tratando de dar sentido a su cirugía.

Siempre conteste a su niño con respuestas sencillas y honestas, y trate de no frustrarse.

Si necesita ayuda para hablar con su niño acerca de la cirugía, llame a un especialista en vida infantil al 801-662-3740.



Preguntas para el médico de mi niño
