

### Sala de Urgencias y visitas a la clínica

#### Cómo ayudar a su hijo a sobrellevarlas

Los niños pueden sentirse asustados si tienen que ir a la sala de urgencias. Ellos pueden preocuparse por una cita en la clínica, en el laboratorio o en el departamentos de radiología. A continuación algunos consejos que usted puede hacer para ayudar a su hijo.



- **Mantenga a su hijo informado.** Converse con él sobre lo que debe esperar de una forma que el pueda entender.
  - **Sea comprensivo.** Hágale saber que está bien sentirse asustado o nervioso.
  - **Acompáñelo.** Ver, tocar y oír a un proveedor conocido puede ser de gran ayuda para un niño asustado.
  - **Felicítelo.** Dígale a su hijo lo que hace bien. Felicítelo por esperar con paciencia, por mantenerse quieto durante un examen o procedimiento, por decir lo que siente, etc.
- **Conserve la calma.** Probablemente su hijo seguirá su ejemplo. Si usted está más relajado puede ayudar a su hijo a sentirse menos nervioso.
  - **Involúcrese.** Trate de distraer a su hijo de manera tranquila durante los procedimientos médicos.
  - **Pregunte** si existe un especialista en vida infantil que pueda ayudar a su hijo.

#### Ideas para distraer a su hijo:

- **Bebés:** Suavemente cántele una canción favorita, hablele a su bebé con voz suave y rítmica.
- **Niños pequeños:** Leales o cuénteles un cuento favorito, cuenten silenciosamente, canten una canción favorita juntos.
- **En edad escolar:** Enséñele a su hijo a respirar profundamente para relajarse. Jueguen al "Veo veo" o "Busca y encuentra" en la habitación o lean libros.
- **Adolescentes:** Enséñele a su hijo a respirar profundamente para relajarse. Dígale que imagine que está en un lugar favorito, que escuche música o que vea un programa favorito.



Recuerde: Estamos aquí para ayudarles a usted y a su hijo. ¡Pida ayuda si la necesita!

**ALERTA:** Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualquier consulta o inquietud o si su hijo tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.

**Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud para el diagnóstico, el tratamiento y el control o seguimiento.**