

Pequeños consejos para grandes niños



EDICIÓN:
Obra Social "la Caixa"

AUTORÍA:
Pilar Hilarión. Instituto Universitario Avedis Donabedian - UAB, CIBERESP
Elisabet Herrera. Instituto Universitario Avedis Donabedian - UAB, CIBERESP
Débora Koatz. Instituto Universitario Avedis Donabedian - UAB, CIBERESP
Maria Urmeneta Sanromà

DIRECCIÓN Y COORDINACIÓN DEL PROYECTO:
Pilar Hilarión. Instituto Universitario Avedis Donabedian - UAB, CIBERESP
Rosa Suñol. Instituto Universitario Avedis Donabedian - UAB, CIBERESP
Maria Urmeneta Sanromà

DISEÑO GRÁFICO:
Touché Comunicació

ILUSTRACIONES:
Mercè Arànega Espanyol

CORRECCIÓN Y TRADUCCIÓN:
Caplletra

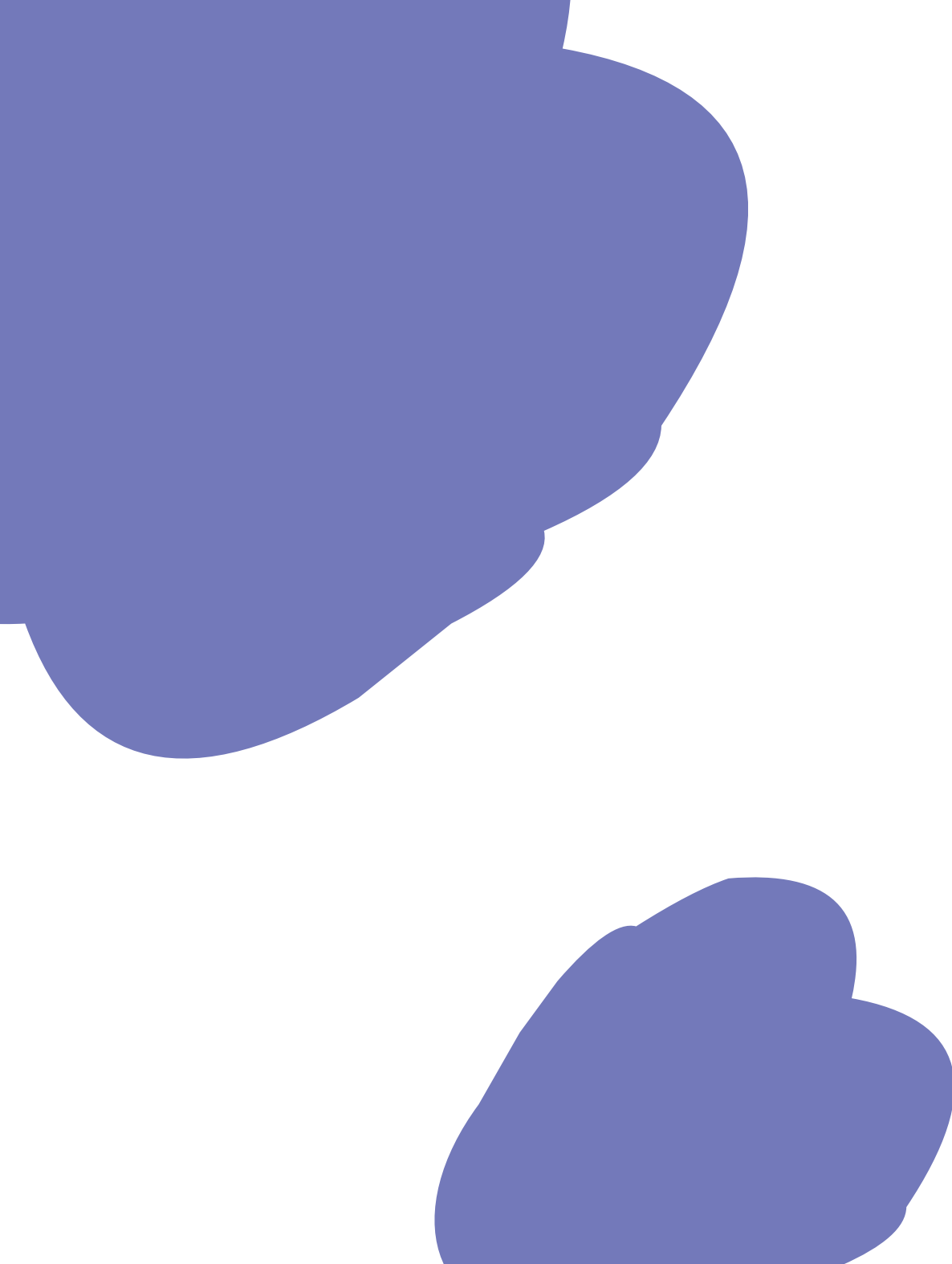
IMPRESIÓN:
Tallers Gràfics Soler

© de la edición, Obra Social "la Caixa", 2014
D. L.: B. 974 - 2014

Agradecimientos:
GRUPO DE TRABAJO QUE HA ELABORADO RECOMENDACIONES:
Tomás Acha. Hospital Materno-Infantil Carlos Haya. Málaga
Irene Costa. Asociación de Familiares y Amigos de Niños Oncológicos de Cataluña (FANOC)
Rubén Díaz. Hospital Sant Joan de Déu. Esplugues de Llobregat
Carmen Fuentes. Hospital Universitario La Paz. Madrid
Rosa Gómez de Merodio. Hospital Infantil Universitario Niño Jesús. Madrid
Cristina Iniesta. Hospital de Cruces. Vizcaya
Amparo Jiménez. Asociación de Padres de Niños con Cáncer de la Comunidad Valenciana (ASPANION)
Araceli Lázaro. Observatorio de los Derechos de la Infancia. Departamento de Bienestar Social y Familia. Generalitat de Cataluña
Alicia Portas. Hospital Universitario La Paz. Madrid
Núria Serrallonga. Hospital Sant Joan de Déu. Esplugues de Llobregat
Anna Nolla. Departamento de Enseñanza. Generalitat de Cataluña
Anna Obon. Representante de los pacientes
Montserrat Palanques. Federación Catalana de Voluntariado Social
Josep Sánchez de Toledo. Hospital Materno-infantil. Hospital Universitari Vall d'Hebron. Barcelona
Maria Urmeneta. Hospital de la Santa Creu i Sant Pau. Barcelona
Ana Isabel Vargas-Machuca. Complejo Hospitalario Universitario Insular Materno-Infantil de Las Palmas

OTROS COLABORADORES:
Àlex Boso. Universidad Pompeu Fabra de Barcelona
Verónica Violant. Universidad de Barcelona
Niños y niñas entrevistados y sus familias
Niños y niñas que han participado en los grupos focales y sus familias
Familias que han participado en el grupo focal
Profesionales entrevistados
Hospitales visitados

OBRA SOCIAL. EL ALMA DE "LA CAIXA".

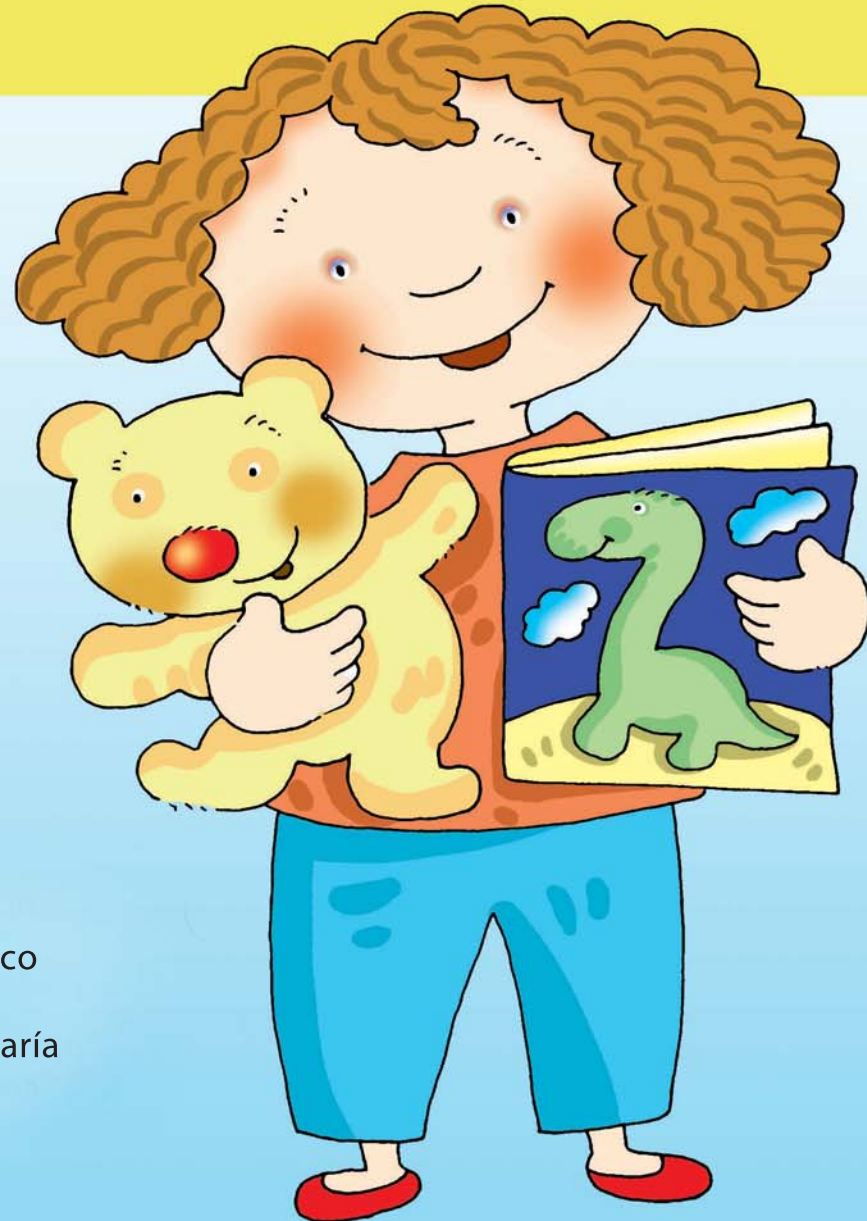
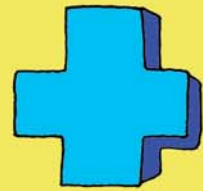


Miremos por sus derechos, con ojos de niño

Miremos por sus derechos, con ojos de niño es un proyecto de la Obra Social “la Caixa” que tiene como objetivo contribuir a mejorar la calidad de vida de los niños, niñas y adolescentes hospitalizados y de sus familias. La idea es proporcionar a unos y otros unos materiales que les sirvan para afrontar mejor la situación que están viviendo, entender cómo funciona la vida en el hospital y adaptarse a ella lo antes posible, estar informados, comunicarse con las personas de su entorno, expresar sus sentimientos y sus emociones y encontrar recursos para sacar partido de la experiencia. Se dispone de materiales de dos tipos: por un lado, una guía para familias que explica con un lenguaje muy claro y comprensible las diferentes etapas y situaciones que tienen relación con esta estancia en el hospital; por otro, un cuento infantil que introduce los consejos de una manera visual, entretenida y didáctica, que permite hablar de los temas que interesan a los niños y niñas, a sus familiares y a sus amigos. No se trata solo de leerlos con atención y seguir

sus consejos. Hemos procurado que den pie a la conversación, al intercambio de impresiones, y que permitan poner sobre la mesa cuestiones que de otro modo quizá serían más difíciles de tratar. La información ha sido elaborada por profesionales que trabajan desde una visión humanista de su práctica clínica en diferentes hospitales pediátricos, a partir de las ideas que han recogido de niños y niñas hospitalizados. De esta manera combinan el rigor y la experiencia con la proximidad y la sensibilidad. La Obra Social “la Caixa”, que en los últimos años ha renovado su compromiso en favor de las personas, presenta ahora el proyecto *Miremos por sus derechos, con ojos de niño*, concebido como un conjunto de actividades que nacen de la voluntad de escuchar a la gente: los niños y niñas y sus familias, los profesionales y los voluntarios. Esperamos que este material te ayude a encontrarte mejor. Si tienes cualquier duda, coméntala con la gente que te rodea: tus padres o las personas de confianza que te apoyan.

El hospital te da la bienvenida ¡Ya estás en el hospital!



Puedes hacer tu habitación un poco más tuya. Pide que te traigan algunas cosas de casa que te gustaría tener: juegos, ropa, libros...

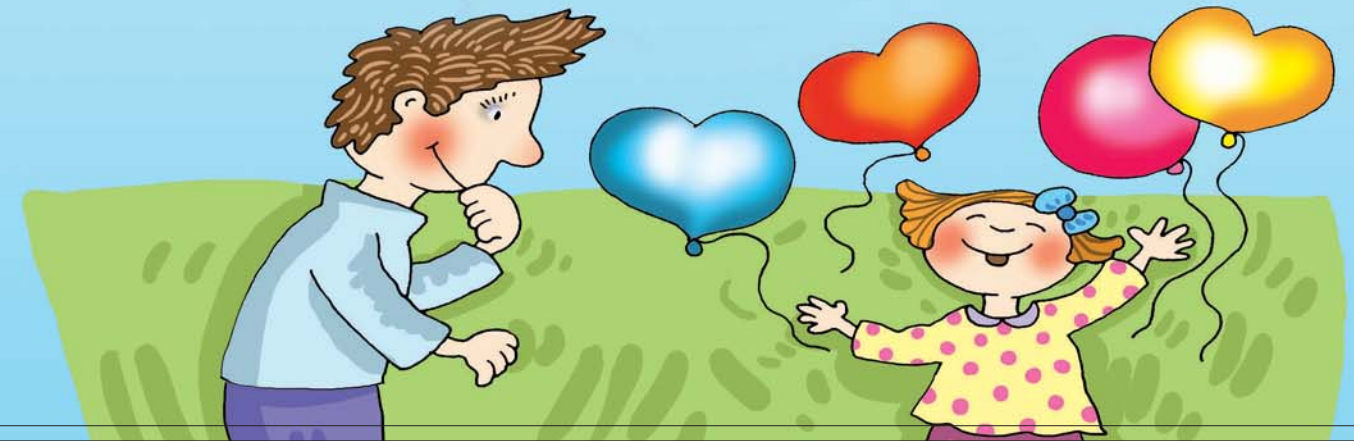
En el hospital, como en casa, hay que seguir unos horarios y unas normas.



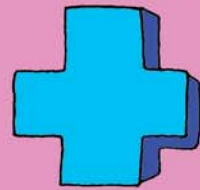
Si cuidas los juegos, libros, muebles del hospital, todos podréis usarlos.



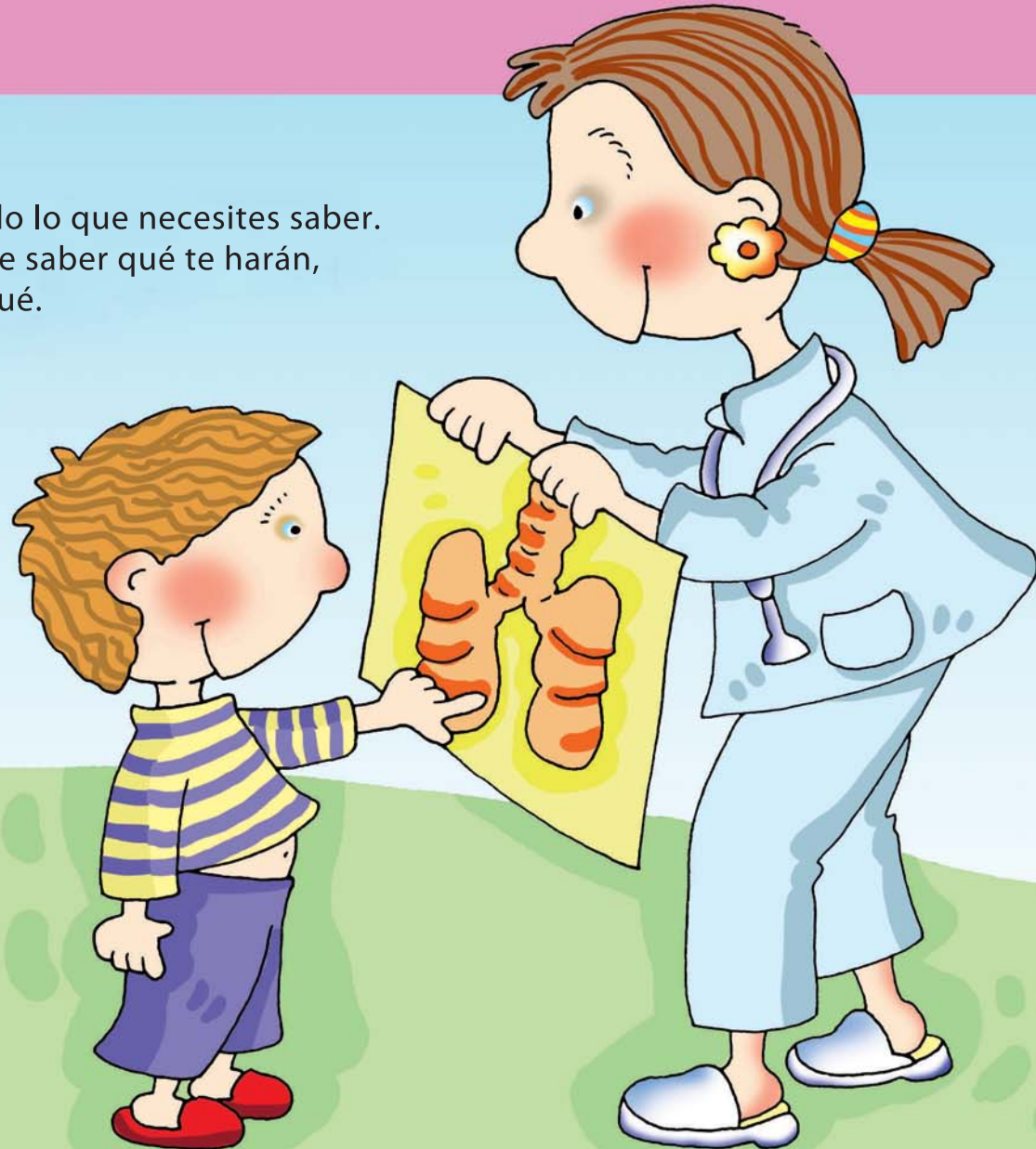
Explica a las enfermeras, a los profesores del hospital y a los voluntarios lo que te gustaría hacer para animar tu día.



La información



Pregunta todo lo que necesites saber. Es importante saber qué te harán, cómo y porqué.



No te preocupes si al principio no lo entiendes todo. A veces son cosas difíciles de comprender.

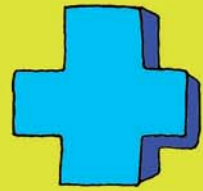


Para que puedan ayudarte, di lo que pienses de verdad. No te quedes nada dentro.

Pregunta qué notarás durante el tratamiento.



El trabajo de los médicos y las enfermeras



Los médicos y las enfermeras han estudiado mucho para curarte y ayudarte.



Colabora con ellos todo lo que puedas.



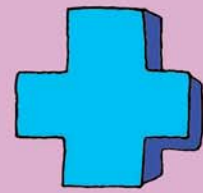
Muestra tu cariño a los médicos y enfermeras, como ellos hacen contigo.



A veces tendrás que esperar un rato para que te atiendan. Ten paciencia y, mientras, juega a algo que te guste.



Las pruebas



A veces en el hospital tendrán que hacerte pruebas para mirarte por dentro.

Di quién te gustaría que te acompañara a hacer las pruebas.



Si en alguna prueba sientes vergüenza, dilo y explica cómo te gustaría que te trataran.



Cuando te hagan una prueba, pregunta si puedes ayudar de alguna forma.

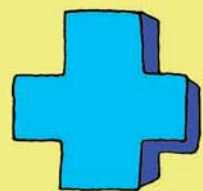


Procura hacer algo mientras esperas, y así el tiempo te pasará más rápido.



El dolor y otras molestias

¿Qué puedo hacer?



A veces, es posible que tengas dolor. Es un fastidio, pero podemos hacer que desaparezca.



Si algo te duele o no se te pasa el dolor, cuéntaselo a las enfermeras, para que puedan ayudarte.

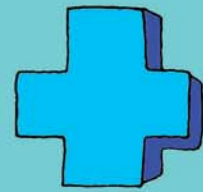


Cuando sientas dolor, respira profundamente o pide que te den la mano y apriétala con fuerza.

Los medicamentos a veces saben mal, pero ya verás que pronto te ayudarán a calmar el dolor.



El quirófano y la anestesia



Los médicos y las enfermeras que te operarán saben mucho y tienen mucha experiencia. Estás en buenas manos.



Es normal que tengas miedo. Pregunta si pueden enseñarte el quirófano antes de la operación.

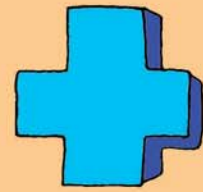


Si tienes frío o necesitas algo, dilo. Así podrán ayudarte.



Mientras te duermes intenta relajarte. Cierra los ojos y piensa cosas que te gusten.

Mis emociones y sentimientos



Llora si lo necesitas. Es normal. Te sentirás mejor si muestras tus emociones.



Piensa que es natural sentir tristeza o preocupación.



Comparte tus dudas o tus miedos con las personas que te hagan sentir mejor.

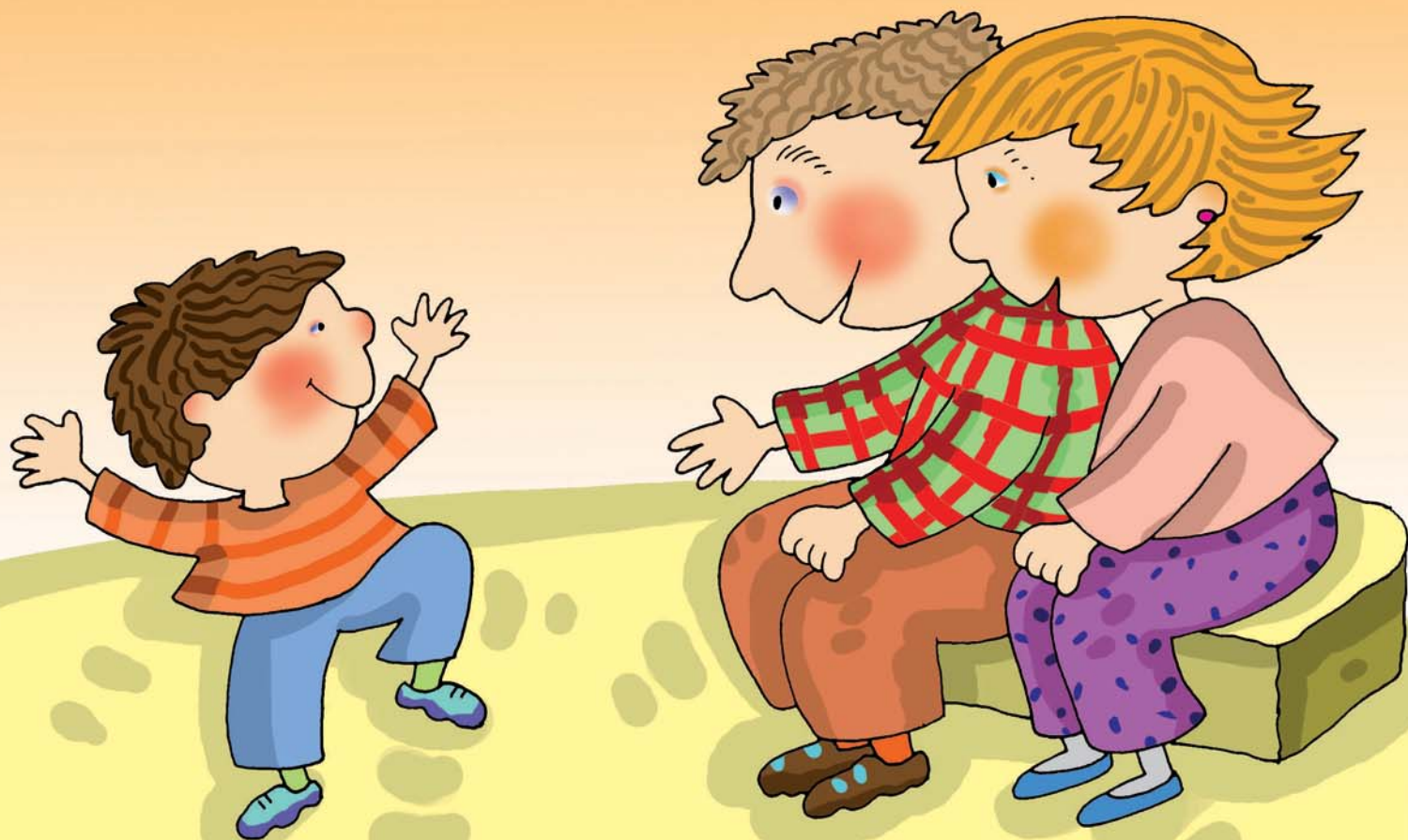
Bromea con las personas que te rodean. Reír siempre ayuda.



Mi familia y mis amigos



Cuenta cómo te sientes
a las personas que te rodean.



Abraza a tus familiares.
Deja que te mimen y relájate.

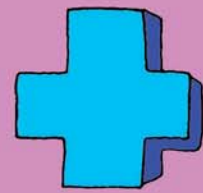


Si te apetece, dibuja
o escribe lo que sientes.
Te ayudará.

Seguro que a tus hermanos y amigos les
gustaría verte: invítalos si puedes.



La escuela



Puedes ir a clase a la escuela del hospital.
Allí, además, conocerás a otros niños y niñas.



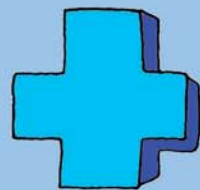
También puedes pedir que te traigan los deberes
al hospital para que puedas seguir trabajando.



Escribe y llama a tus amigos de
la escuela. Estarán contentos
de recibir noticias tuyas.



Las actividades



Propón actividades que te gusten: escuchar música, escribir, dibujar, cantar...

Participa en las actividades que se organizan en el hospital. Pueden ser muy divertidas.



Intenta compartir tus ratos de juego con otros niños y niñas que también estén hospitalizados.



Pide a los voluntarios que jueguen contigo.



Vuelvo a casa



Aunque la estancia en el hospital te parezca larga, piensa que cuando vuelvas a casa te encontrarás mejor que ahora.



Pregunta que puedes hacer para sentirte mejor cuando estés en casa y sigue los consejos que te han dado en el hospital.

Recuerda los buenos momentos y piensa en el cariño que has recibido.

