

GUÍA DESTINADA A LAS FAMILIAS O ACOMPAÑANTES
DE LOS NIÑOS/AS HOSPITALIZADOS

Miremos por sus derechos, con ojos de niño.

LA VOZ DE LA INFANCIA EN EL HOSPITAL



Hospital Universitario
La Paz

Comunidad de Madrid



Obra Social "la Caixa"

EDICIÓN:

Obra Social "la Caixa"

AUTORÍA:

Pilar Hilarión, Instituto Universitario Avedis Donabedian - UAB
Elisabet Herrera, Instituto Universitario Avedis Donabedian - UAB
Maria Urmeneta
Débora Koatz, Instituto Universitario Avedis Donabedian - UAB

DIRECCIÓN Y COORDINACIÓN DEL PROYECTO:

Área de Integración Social de la Obra Social "la Caixa"
Pilar Hilarión, Instituto Universitario Avedis Donabedian - UAB
Maria Urmeneta
Rosa Suñol, Instituto Universitario Avedis Donabedian - UAB

DISEÑO GRÁFICO:

Touché Comunicación

CORRECCIONES:

Caplletra

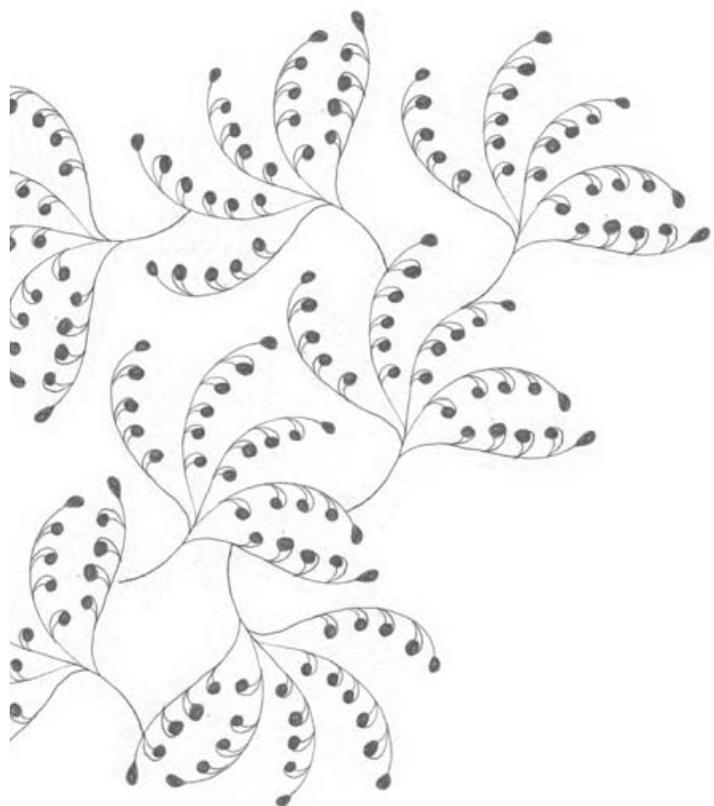
IMPRESIÓN:

TECFA

© de la edición, Obra Social "la Caixa", 2011

D.L.: B-18577-2011

OBRA SOCIAL. EL ALMA DE "LA CAIXA".



Miremos por sus derechos, con ojos de niño es una iniciativa de la Obra Social "la Caixa". Se inscribe en un conjunto de actuaciones que tienen como objetivo contribuir a la mejora de la calidad de vida de los niños/as hospitalizados y de sus familias. En los últimos años, la Obra Social "la Caixa" ha renovado su compromiso en favor de las personas. Este giro social se traduce en más recursos y en la creación de nuevos programas. Una de las preocupaciones ha sido conocer aún mejor las opiniones de profesionales, voluntarios, niños y familias.

El proyecto *Miremos por sus derechos, con ojos de niño* se alinea con las recomendaciones sobre la mejora de la calidad de vida y la aplicación de la estrategia de la atención centrada en la persona.

Se presenta en 2011, coincidiendo con los **25 años de la Carta Europea sobre los Derechos de los**

Niños Hospitalizados, aprobada el 13 de mayo de 1986, que recoge un conjunto de derechos que destacan la importancia de garantizar un trato digno de acuerdo con el estado evolutivo y las necesidades individuales de cada niño/a.

Pretende ofrecer un conjunto de recomendaciones para que el propio niño/a, la familia, los voluntarios, los profesionales y los hospitales dispongan de herramientas y estrategias para incidir en el bienestar emocional de los niños hospitalizados.

Las recomendaciones que se incluyen en este cuaderno están dirigidas especialmente a los familiares. El hecho de que un niño/a ingrese en el hospital tiene un impacto importante para toda la familia, incluidos los hermanos, abuelos, tíos, primos, etc. Los amigos y compañeros de la escuela también se ven afectados por la situación.

Las recomendaciones que se incluyen en este cuaderno han sido elaboradas por un grupo de profesionales que trabajan en diferentes hospitales pediátricos. Tienen como finalidad ayudarle a hacer sentir mejor al niño/a mientras está en el hospital.

Este cuaderno se acompaña de otra Guía dirigida a los propios niños, que tiene una estructura similar, pero desarrolla los contenidos de manera adaptada. Le recomendamos la lectura de este cuaderno y la reflexión sobre los contenidos que plantea. También le sugerimos que comparta con el niño/a la lectura de la Guía para niños/as hospitalizados. Si es pequeño, léala conjuntamente con él o ella. Si ya es mayor, ayúdele a comprender las dificultades que surjan.

Para elaborar las recomendaciones que se presentan a continuación, se ha realizado un estudio cualitativo que ha permitido identificar los temas más

importantes relacionados con el bienestar emocional de los niños/as hospitalizados, mediante entrevistas semiestructuradas y grupos focales, en los que han participado los propios niños/as y sus familias. Además, se ha entrevistado a diferentes profesionales del sector, conocedores de la materia.

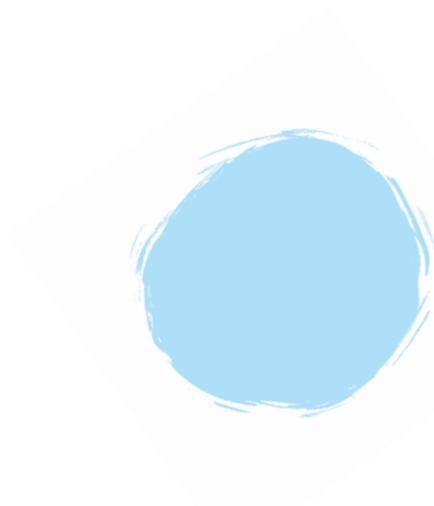
A partir de los resultados del estudio cualitativo, un grupo de expertos —con representación de las organizaciones de familiares y de los propios pacientes— vinculados a diferentes hospitales pediátricos, a partir de escuchar y analizar lo que los niños/as han dicho, han elaborado este conjunto de recomendaciones.

A partir de frases de los propios niños y niñas, se presentan algunas situaciones que pueden vivirse en el hospital y recomendaciones que pueden serle útiles si el niño/a expresa cuestiones similares a las recogidas aquí.



ÍNDICE

Recomendaciones generales	8
El ingreso y la estancia en el hospital	9
La información, la comunicación y la participación en la toma de decisiones	10
El acompañamiento de la familia y los amigos	11
Lo que podemos aprender de esta experiencia como familia	12
El manejo de los propios sentimientos y los del niño/a	13
Los profesionales y su trabajo	14
El control del dolor y otras molestias	15
El quirófano y la Unidad de Cuidados Intensivos (UCI)	16
La convivencia	17
La continuidad de la escolarización	18
El juego y el tiempo libre	19



RECOMENDACIONES GENERALES

Usted, como adulto y persona significativa para el niño/a, tiene un papel clave para ayudarlo a sentirse lo mejor posible. Su simple presencia en el hospital es muy importante, pero hay muchas maneras de estar.

A continuación le presentamos algunas recomendaciones generales que le pueden ser útiles:

- Compartir los sentimientos con la pareja, ayudarse mutuamente y mantener una comunicación regular y próxima.
- Es importante no descuidar a los otros miembros de la familia. En caso de que el niño/a tenga hermanos, incluirlos y hacerles partícipes de todo el proceso de su enfermedad. Esto les ayudará a ir aceptando los cambios que se desarrollen en la dinámica habitual de la familia.
- Procurar dar una información real a los hermanos del niño/a, adaptando las explicaciones a su edad. Informarles sobre la situación por la que está pasando el niño/a y la evolución de su enfermedad, de modo que puedan entender qué le pasa y ayudarlo a sentirse mejor. No hay que pensar que evitando dar información y no hablando del tema se está protegiendo a los hermanos. Facilitar la comunicación favoreciendo que expongan sus dudas, inquietudes y temores. Si se considera necesario, solicitar el apoyo de un profesional.
- Solicitar la colaboración de otros miembros de la familia que sean adultos significativos para el niño/a, para que le ayuden a acompañarlo. Hacer un acompañamiento activo, que ayude al niño/a a entender y aceptar la situación que está viviendo y los cambios físicos que se producen.
- Si el hospital permite la presencia de niños, implicar a hermanos y amigos en la vida cotidiana del hospital.
- Prestar atención a las necesidades no materiales del niño/a: las afectivas y las espirituales.
- Velar para que la información que se dé al niño/a sea siempre la adecuada para su edad y su estado de madurez. Preguntar sin temor y asegurarse de que tanto usted como el niño/a han entendido la información proporcionada.
- Colaborar con el equipo de profesionales que atiende al niño/a, favoreciendo un trato cordial, de confianza y respeto hacia ellos. El trabajo conjunto mejorará el bienestar del niño/a, que es lo que todos desean.
- Respetar las normas, rutinas y dinámicas del hospital: horarios de visita, espacios, momentos de descanso, alimentación, juego, etc. Procurar adaptarse de la mejor forma posible a ellas.
- Pedir al profesional adecuado, si se considera necesario, asesoramiento y ayuda para dar respuesta a situaciones económicas, laborales, etc.



<<Me gustaría tener una guía para ver el hospital, todo, todo; no perderme nada, ni una puerta aunque sea de aparatos.>>



EL INGRESO Y LA ESTANCIA EN EL HOSPITAL

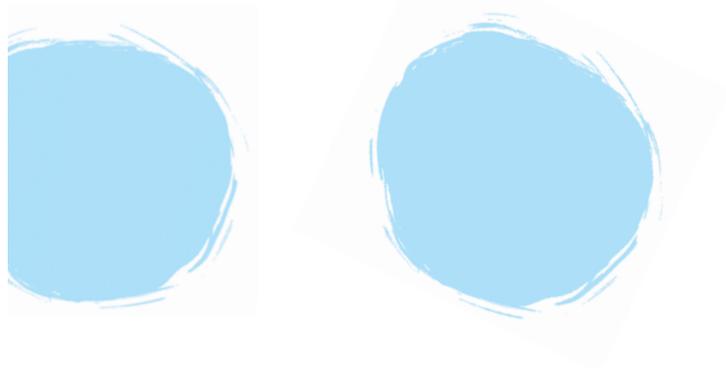
La hospitalización es una experiencia involuntaria y, a menudo, imprevista, que produce sentimientos de preocupación y temor tanto en el niño/a como en la familia. En el momento del ingreso, el niño/a se encuentra en un espacio que le es extraño, que le genera temor e inquietud. El nuevo espacio físico y vital trae consigo la ruptura de la rutina cotidiana, la pérdida de intimidad, etc. Las condiciones físicas en las que se encuentra potencian estos sentimientos.

Todo lo que pueda anticipar, resultará menos traumático. Conocer los espacios, a los profesionales y las actividades que se proponen contribuirá a que el niño/a se adapte progresivamente a la dinámica propia del hospital. Esto es necesario para asimilar la experiencia de la hospitalización y apropiarse de ella.

RECOMENDACIONES PARA AYUDAR AL NIÑO/A A SENTIRSE MEJOR

- Facilitar al niño/a la adaptación a la dinámica propia del hospital y al cambio de hábitos (rutinas, ritmos de alimentación, higiene, sueño, etc.).
- Proporcionar al niño/a ropa y calzado cómodos. Procurar que sean adecuados considerando la temperatura del hospital.
- Intentar ajustar las necesidades del niño/a a las indicaciones realizadas por el personal sanitario. En caso de que sea necesario, informar a los profesionales de las necesidades o deseos del niño/a para que puedan mejorar su confort.
- Si el hospital permite hacerlo, animar al niño/a a personalizar la habitación o la parte de habitación que le corresponda. Esto es importante para hacerle sentir mejor. Se pueden traer sus objetos o juguetes preferidos, siempre que no causen distorsiones en la dinámica del hospital.
- Ser consciente de que cada enfermedad y cada tratamiento es diferente, por lo que cada paciente va a ser tratado según su caso concreto. No hay que comparar la situación del niño/a con la de otros pacientes, para no generar falsas expectativas.

<<Que no me dicen las cosas, las cosas que son verdad... Y por más que no las digan, son verdad...>>



LA INFORMACIÓN, LA COMUNICACIÓN Y LA PARTICIPACIÓN EN LA TOMA DE DECISIONES

Es un derecho del niño/a, y puede ser un aspecto fundamental para asimilar la situación que está viviendo, disponer de una buena información sobre su estado de salud, diagnóstico, pronóstico, tratamientos y procedimientos clínicos a los que se someterá.

Tener información ajustada a su edad y capacidad de comprensión le ayudará a afrontar los cambios y poderlos gestionar de forma sana y adecuada. Asimismo, tener su opinión en cuenta y buscar el consenso con el niño/a en la toma de decisiones promoverá su implicación en el tratamiento. Además de hacerle sentir escuchado y respetado, favorecerá su crecimiento personal y su autoestima.

RECOMENDACIONES PARA AYUDAR AL NIÑO/A A SENTIRSE MEJOR

- Respetar el ritmo con el que el niño/a necesita tener la información sobre el proceso de su enfermedad y todo lo que conlleva. Es importante dar la información necesaria, sin avanzarse a lo que aún no ha planteado y puede no desear saber. Escuchar al niño/a y estar atento a sus comentarios, miedos e inquietudes. Permitirle plantear dudas o preguntas y mostrarse receptivo.
- Tener en cuenta que el niño/a puede interpretar la información de una forma distinta a la que usted le quiere transmitir, tanto los mensajes verbales como los no verbales (silencios, lenguaje corporal, miradas, etc.).
- Colaborar con los profesionales del centro para dar al niño/a la información necesaria y adecuada. Usted que es quien mejor le conoce: facilite la relación entre el profesional y el niño/a. Es importante que la información que reciba el niño/a sea la misma tanto si la proporcionan los profesionales como la familia.
- Permitir que el niño/a haga sus propias preguntas. Si es necesario, usar una libreta para anotar sus propias dudas y las del niño/a, para consultarlas al volver a hablar con el personal que le atiende.

<<Me encanta cuando mi madre me abraza.>>



EL ACOMPAÑAMIENTO DE LA FAMILIA Y LOS AMIGOS

El hospital es un medio extraño y hostil. Por ello, contar con el apoyo permanente e incondicional de una figura significativa para el niño/a es vital para que se sienta confiado y seguro. Le ayuda a reducir los miedos, la ansiedad por los procedimientos a los que se someterá y la propia hospitalización.

Mantener la presencia y el contacto físico con el niño/a es vital en el acompañamiento realizado por los familiares cercanos (madre, padre, abuelos, etc.). También es esencial la relación con los hermanos y amigos, que son figuras de apoyo importantes y le ayudan a mantener la dinámica familiar y las relaciones sociales.

RECOMENDACIONES PARA AYUDAR AL NIÑO/A A SENTIRSE MEJOR

- Procurar que el niño/a se sienta relajado y tranquilo, especialmente antes de pruebas, intervenciones, etc. Usted es quien mejor le conoce y sabe cómo hacerlo.
- Abrazar y acariciar al niño/a, sin miedo a los aparatos, las medicaciones, los sueros, etc. Pedir el apoyo del profesional, si es necesario.
- Respetar las decisiones del niño/a respecto a la voluntad o no de recibir visitas, hablar por teléfono o conectarse a Internet.
- Promover las visitas al hospital y facilitar la comunicación de forma frecuente entre los hermanos y los amigos de más confianza, siempre y cuando el niño/a lo desee y teniendo en cuenta sus preferencias. Considerar la posibilidad de hacer una planificación de las visitas conjuntamente con el niño/a, para distribuir las visitas en el tiempo.
- Aprovechar cuando el niño/a esté acompañado por otras personas para darse un tiempo de respiro. Usted debe cuidarse para seguir cuidando bien.

<<Me doy cuenta de lo mucho que tengo.importo a mucha gente y no solo a mis familiares. La enfermedad ha unido a la familia. Me preocupo más por los demás, valoro más la vida, no doy tanta importancia a tonterías, disfruto del momento que vivo. He ganado mucho como persona.>>



LO QUE PODEMOS APRENDER DE ESTA EXPERIENCIA COMO FAMILIA

Las dinámicas familiares se ven afectadas por la hospitalización. Las rutinas y la dedicación a los miembros de la familia se modifican. Y, probablemente, se generan tensiones difíciles de sobrellevar.

A la vez, esto permite a la familia un proceso de aprendizaje a partir de los cambios que tengan que realizarse en el núcleo familiar para dar respuesta a la situación. Se promueve el logro de experiencias vitales enriquecedoras, que permiten el crecimiento como personas de todos los miembros de la familia. El paso del tiempo otorga un valor a la experiencia compartida.

RECOMENDACIONES PARA AYUDAR AL NIÑO/A A SENTIRSE MEJOR

- Procurar que el niño/a esté acompañado por usted u otra una persona significativa durante todo el día. Es importante hacer turnos para descansar y administrar sus fuerzas, ya que la vida hospitalaria desgasta. Usted y los otros miembros de su familia necesitan algún tiempo para estar juntos.
- No delegar por completo el cuidado de los niños/as que están en casa a otras personas, por muy significativas que sean, ya que necesitan tenerle cerca y sentir que sigue ocupándose de ellos. Es muy importante, para el bienestar emocional de toda la familia, estar con ellos a menudo y manifestarles su afecto, ya que en estos momentos lo pueden necesitar especialmente.
- Identificar qué momentos y situaciones le producen a usted mayor sobrecarga y pedir ayuda a los profesionales para gestionarlos de manera adecuada.
- En la medida en que se pueda, promover un ambiente familiar cordial, especialmente en los momentos de más angustia. Le puede resultar difícil, pero es conveniente no dejarse abatir por el desgaste emocional, los imprevistos que pueden surgir, etc.

<<yo estaba triste porque tenía las piernas feas y el psicólogo hablaba conmigo y me daba una medicación para que estuviera mejor.>>



EL MANEJO DE LOS PROPIOS SENTIMIENTOS Y LOS DEL NIÑO/A

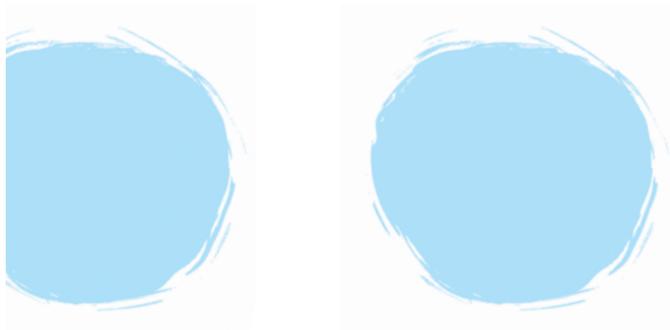
La experiencia de la hospitalización siempre genera varios tipos de emociones y sentimientos, como el miedo, el enfado, la ansiedad, la angustia, la soledad, etc. Poder entender y expresar estos sentimientos ayudará a gestionarlos apropiadamente y a lograr un mayor bienestar emocional.

Permitir la asimilación de la situación de enfermedad y su recuperación, así como el confort emocional y espiritual, facilitará la construcción de la idea de futuro y de un proyecto vital que otorgue un sentido a la vida y un nuevo significado a la experiencia de la hospitalización.

RECOMENDACIONES PARA AYUDAR AL NIÑO/A A SENTIRSE MEJOR

- Favorecer momentos de intimidad para relacionarse y comunicarse con el niño/a, su pareja, amigos íntimos, familiares, etc. Dedicar tiempo a hablar de los sentimientos, especialmente con el niño/a. Es importante conocer qué está sintiendo.
- Estimular la capacidad del niño/a de construir historias, crear su propio universo imaginario, etc. Puede resultar útil escribir un diario o dibujar, así como proponerle actividades que le permitan expresar emociones, para contribuir a remontar situaciones de abatimiento.
- Procurar reforzar las cualidades positivas del niño/a, más allá de las físicas, sobre todo si la enfermedad o el tratamiento provocan cambios. Así podrá fortalecer su autoestima.
- No preocuparse ni incomodarse si el niño/a grita en alguna ocasión, se enfada o tiene alguna actitud de rabia, etc. Es una reacción normal ante la situación por la que pasa y una manera de desahogarse. Si se considera necesario, preguntar a los profesionales cómo ayudar a canalizar conductas de este tipo.
- Si le parece que usted o los hermanos del niño/a necesitan ayuda psicológica o farmacológica para mitigar la angustia, solicítela.

<<que sepa hacer las cosas bien y que no tenga ningún fallo.>>



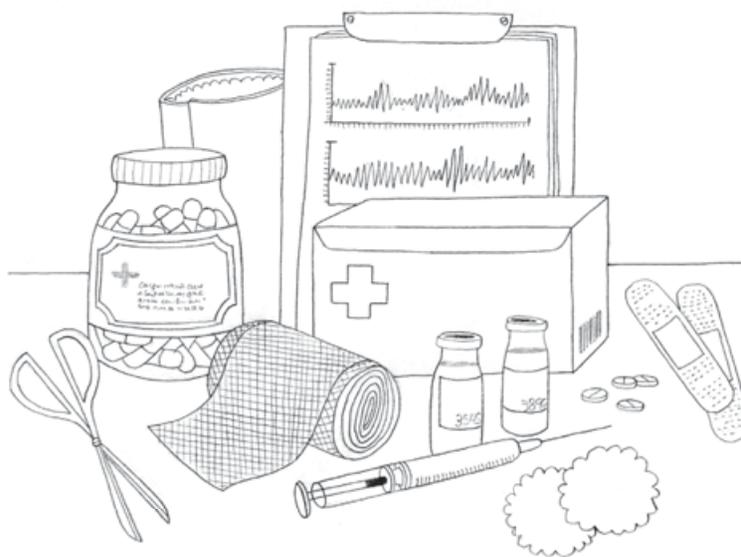
LOS PROFESIONALES Y SU TRABAJO

Los profesionales son una parte muy importante del proceso de hospitalización. Durante la estancia en el hospital, el niño/a mantendrá una relación regular con muchos profesionales. La percepción de la calidad de la atención dependerá, en gran parte, del trato y la actitud mantenida en los diferentes momentos.

RECOMENDACIONES PARA AYUDAR AL NIÑO/A A SENTIRSE MEJOR

- Acompañar al niño/a durante los procedimientos médicos siempre que se pueda. Cuando se considere que el niño/a le necesita especialmente, comentarlo y solicitar tener una presencia más activa. A la vez, valorar si su presencia es de ayuda, o todo lo contrario.
- Preguntar si existen efectos secundarios o reacciones adversas ante los que usted pueda tener un papel importante en su detección y comunicación precoz a los profesionales que atienden al niño/a.
- Procurar explicar al niño/a por qué siente dolor o malestar, reforzando las explicaciones de los profesionales. Expresar su confianza en que pronto se sentirá aliviado. El dolor se ha de minimizar, aunque sea inherente a algunas situaciones.
- En caso de que surjan discrepancias con el equipo que atiende al niño/a, expresarlas a la persona adecuada, de la mejor manera posible y en el espacio más oportuno, evitando siempre hacer comentarios delante del niño/a.

<<A veces me entran dolores y me pongo de mal humor.>>



EL CONTROL DEL DOLOR Y OTRAS MOLESTIAS

En un hospital se viven episodios de dolor y de sufrimiento, que inciden negativamente en el bienestar emocional. El dolor es una de las mayores causas de estrés en la hospitalización infantil, y el acceso a su prevención y tratamiento es un derecho del niño/a.

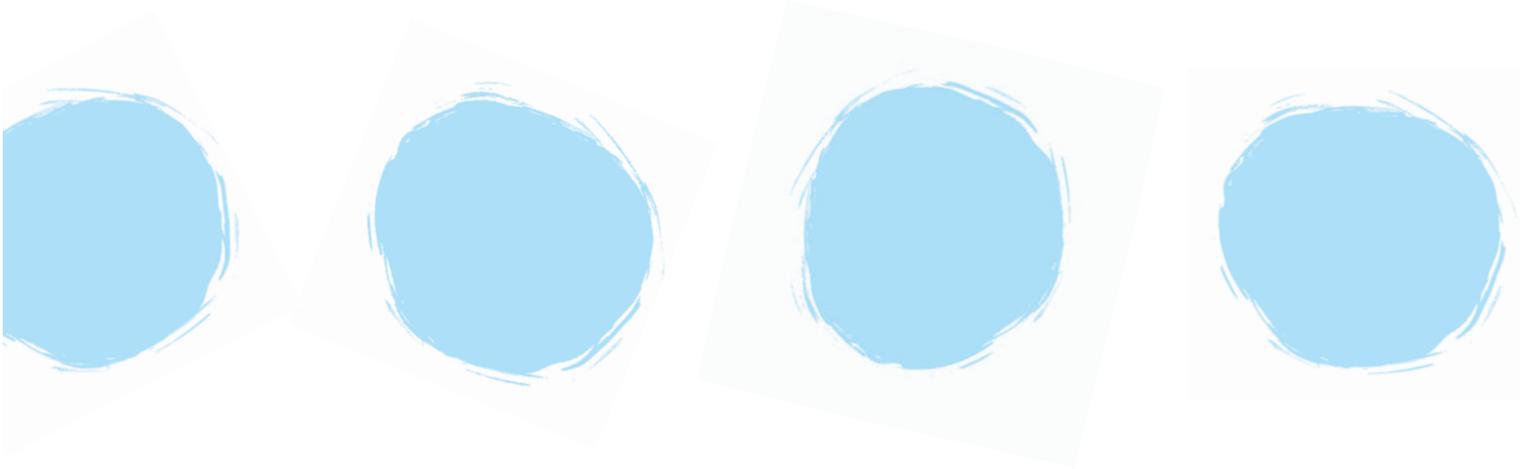
Los aparatos utilizados en tratamientos y procedimientos clínicos también impactan negativamente en la calidad de vida, ya que limitan movimientos, producen molestias o dolor y, en consecuencia, reducen la autonomía.

A nivel emocional, el dolor y las molestias se pueden vivir de muchas maneras. Una actitud solícita y amable por parte de todos y un acompañamiento personal pueden ayudar al niño/a a sentirse mejor.

RECOMENDACIONES PARA AYUDAR AL NIÑO/A A SENTIRSE MEJOR

- No todos los niños sienten el dolor de la misma manera. Hay que estar atento a los detalles. Pedir al niño/a que valore la intensidad del dolor del 1 al 10, y actuar en consecuencia, pidiendo ayuda a los profesionales, si se considera necesario.
- Mostrarse receptivo y comprensivo ante las molestias expresadas por el niño/a en cuanto a los tratamientos que recibe. Si siente mucho dolor, darle la mano para que pueda apretarla fuertemente o proporcionarle una tela para morder.
- Ayudar al niño/a a canalizar los sentimientos asociados al dolor: ansiedad, enfado, tristeza, etc. Se puede escuchar música, sugerirle que haga respiraciones profundas inspirando y espirando lentamente, ofrecerle un papel y lápices para dibujar o proponerle actividades con las que disfrute.
- Entablar conversaciones que desvíen la atención del niño/a hacia cuestiones no referidas a la enfermedad, los equipos o el malestar.

<<Los quirófanos son un poco feos; no es solo por el pinchazo y dormirte. Cuando te despiertes, sabes que vas a encontrarte mal.>>



EL QUIRÓFANO Y LA UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS (UCI)

El impacto generado por el entorno es alto. Es desconocido, con normas de funcionamiento propias, con equipamiento o instrumental poco habitual, y provoca desconfianza y malestar. Los niños/as destacan especialmente la estancia en la UCI, el paso por el quirófano y la sala de postoperatorio.

RECOMENDACIONES PARA AYUDAR AL NIÑO/A A SENTIRSE MEJOR

- Procurar transmitir serenidad al niño/a cuando espere para que le hagan una prueba o exploración o antes de entrar en quirófano. Es conveniente que usted mantenga el ánimo para transmitir una sensación positiva al niño/a. Recordarle que estará bien cuidado en ese espacio y que es necesario para ponerse bien.
- La mayoría de hospitales disponen de material como folletos informativos, vídeos o algún libro. Se puede solicitar y revisar tranquilamente antes de informar al niño/a. Valorar usarlo conjuntamente con el niño/a para aclarar las dudas que tenga.
- En el tiempo de espera, conversar con el niño/a procurando evocar cosas agradables. Plantearle algún juego sencillo.
- Facilitar que el niño/a explique cómo ha vivido la experiencia: el uso de su imaginación y creatividad puede ser útil para explicar lo que le preocupa o le ha llamado la atención.

<<Hay gente que está con el ordenador mucho rato. Tendrían que pensar en que lo pudiéramos usar un rato cada uno. Y si estás en una habitación con un compañero y, por ejemplo, a él le duele la cabeza y tú estás viendo la tele, pues se apaga.>>



LA CONVIVENCIA

La convivencia en el hospital es importante. Generar espacios y momentos confortables contribuye a vivir de forma positiva la hospitalización por parte de los niños/as y de los familiares.

Las normas de convivencia contribuyen a este objetivo y hay que cumplirlas. Es necesario respetar los espacios propios y saber compartir los comunes para que todos se sientan más cómodos y se potencien interacciones positivas entre las familias y los niños hospitalizados. También ayuda a los profesionales a realizar mejor su trabajo.

RECOMENDACIONES PARA AYUDAR AL NIÑO/A A SENTIRSE MEJOR

- Respetar las normas del hospital, ya que están pensadas para una buena convivencia de todos y una correcta atención sanitaria. Informarse de los horarios de las visitas, horas de silencio, uso de tecnologías, etc.
- Facilitar la interacción del niño/a con otros niños y niñas hospitalizados, compartiendo espacios, objetos, juegos, etc.
- Procurar que el niño/a haga buen uso de los espacios comunes, de modo que su comportamiento no moleste a otros. En caso contrario, reconducir la situación.
- Respetar los hábitos y costumbres de las diferentes familias que comparten espacio en el hospital. Solicitar que ellos, a su vez, hagan lo mismo con usted.

<<La escuela del hospital me gusta, hace que la vida aquí sea más normal. Te ayudan con las cosas del cole. Es un lugar en el que te sientes bien.>>



LA CONTINUIDAD DE LA ESCOLARIZACIÓN

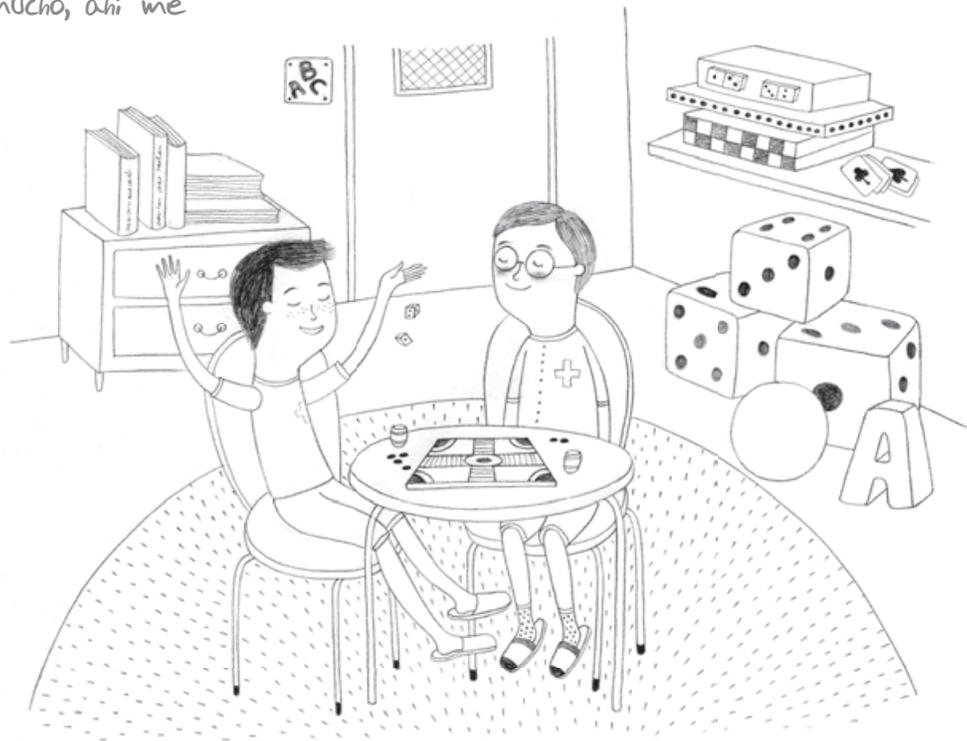
La hospitalización implica cambios en la vida diaria de la familia. La estructuración del tiempo en el hospital resulta complicada tanto para los niños/as como para los adultos.

Entre los cambios más significativos está la interrupción de su asistencia al centro escolar. Implica la suspensión del ritmo de trabajo, la ruptura de la relación con sus compañeros y sus maestros, etc. La atención educativa que se presta en el hospital puede ayudar a normalizar la experiencia del ingreso hospitalario.

RECOMENDACIONES PARA AYUDAR AL NIÑO/A A SENTIRSE MEJOR

- Comprender cómo se siente el niño/a a raíz de la ruptura de la vida cotidiana. La escuela es muy importante para él o ella, ya que también es un espacio de socialización.
- Animar al niño/a a asistir al aula hospitalaria lo antes posible, o a que reciba la atención del maestro en la habitación. El maestro, además de contenidos escolares, puede sugerir al niño/a muchas actividades y ofrecer recursos que contribuyan a su bienestar emocional durante los días que permanezca en el hospital.
- Fomentar que el niño/a mantenga la relación con los compañeros de la escuela a través del correo electrónico o la *webcam*, intercambiando escritos, organizando visitas al hospital, etc.
- Informar a la escuela, a la dirección, al maestro o al tutor del niño/a enfermo, y a los de los otros hermanos del niño/a, sobre en qué situación se encuentra la familia y las consecuencias que se derivan de ello. Expresarles cómo les pueden ayudar, en qué pueden colaborar, tanto en relación con el niño/a hospitalizado, como con los hermanos e incluso con ustedes mismos.

<<Cuando me aburro mucho, ahí me dan los bajones.>>



EL JUEGO Y EL TIEMPO LIBRE

Las actividades de tipo lúdico-recreativo y terapéutico que se realizan en el hospital permiten al niño/a y a la familia ocupar el tiempo libre de manera significativa y facilitan la relación con otros niños. Contribuyen a mejorar el bienestar emocional, lo que incide positivamente en la calidad de vida. Permiten dinamizar la estancia y facilitan la asimilación de la experiencia de modo que impacte positivamente en el proceso terapéutico.

RECOMENDACIONES PARA AYUDAR AL NIÑO/A A SENTIRSE MEJOR

- Procurar que el niño/a no se aburra. Preguntarle y buscar juntos cosas que se puedan hacer. Proponerle realizar alguna actividad de las que le gustan, haciendo las adaptaciones pertinentes. Intentar que se ría.
- Traer de casa algún juguete, libros, etc. de los que le gusten mucho. Ir cambiando el material de casa que tiene en el hospital.
- Mantener informados de la situación del niño/a a sus amigos y sus familias. Si al niño/a le apetece, organizar visitas de amigos y compañeros de la escuela, intercambio de mensajes, etc.
- Animar al niño/a para que comparta su experiencia con los niños y niñas que ingresan nuevos en el hospital. A ellos les facilitará situarse, y a él o ella le ayudará a entender mejor la experiencia y a asumirla poco a poco.

Servicio de información
Obra Social "la Caixa"
902 22 30 40
De lunes a domingo, de 9 a 20 h
www.laCaixa.es/ObraSocial



Con la colaboración de:



Obra Social "la Caixa"