

CÓMO AYUDAR A SU HIJO CON LA VACUNA COVID-19

Consejos para padres de parte de los especialistas en vida infantil

DIGA LA VERDAD

Las explicaciones honestas, precisas y apropiadas para la edad del niño son mejores. Está bien reconocer que la inyección puede doler, pero explique esa sensación en el contexto (es como un pellizquito o pinchazo pequeño). Si no definimos lo que significa "doler", los niños darán rienda suelta a su imaginación, ¡a veces piensan que será peor de lo que realmente es!

Vea nuestro [guion de ejemplo](#) sobre la vacuna para obtener ideas de cómo explicárselo a su hijo.



SIN SORPRESAS

Hable con el médico o la enfermera que le pondrá la vacuna y explíqueles que es mejor para su hijo tener un plan y seguirlo. Si el plan es contar hasta tres y luego poner la vacuna, ¡siga el plan! Algunas veces los que administran la vacuna "sorprenderán" a los niños y apresurarán el plan. Esto puede destruir la confianza y usted puede solicitar específicamente que no lo hagan.



PREGUNTE SOBRE LA GESTIÓN DEL DOLOR

Antes de ir a la cita de vacunación de su hijo, pregunte qué medidas reconfortantes están disponibles. Hay una cantidad de cremas y aerosoles tópicos que adormecen el área y que se pueden usar para minimizar el dolor de la aguja, pero algunos necesitan tiempo para que hagan efecto así que es mejor saber cuál es el plan ANTES de salir de la casa.



SOLICITE QUE SE UTILICE UNA POSICIÓN RECONFORTANTE

Según la edad de su hijo y cómo se sienta con respecto a inyecciones, el profesional médico que administra la vacuna puede solicitarle que sostenga su hijo para minimizar el movimiento. Pregunte si puede sostener a su hijo sobre su regazo en posición de abrazo con su pecho contra el suyo. Esta posición es menos amenazante que estar sujetado con fuerza por extraños y le permite a usted hablarle, distraer o reconfortar a su hijo mientras el doctor o la enfermera administra la vacuna.



Los especialistas en vida infantil son los primeros en prestar auxilios para el apoyo emocional. Son profesionales capacitados que brindan apoyo emocional al momento basado en la evidencia a niños en un entorno médico. Su rol es ayudar a los niños y las familias a afrontar experiencias estresantes en hospitales y otros entornos de atención médica; y finalmente, prevenir o mitigar los efectos dañinos de traumas en un entorno médico.

Conozca más sobre especialistas en vida infantil en <http://www.childlife.org/the-child-life-profession>

