



Cuando un ser querido está en el hospital

Es posible que los niños no siempre puedan visitar a un ser querido en el hospital, por lo que es importante encontrar formas de ayudarles a conectarse con el hospital y brindar apoyo en el hogar.

Algunos consejos a tener en cuenta:

Conexión:

- Pregúntele a su niño si le gustaría hacer dibujos, carteles o tarjetas para decorar la habitación de su ser querido en el hospital.
- Ayúdele a su niño a mantenerse en contacto con su ser querido a través de llamadas telefónicas o visitas virtuales (según sea posible).
- Ofrezcale al niño que mantenga cerca algo del ser querido (una camiseta, una almohada o una foto familiar).
- Deje en la casa o envíe notas a casa para hacerle saber a su niño que está pensando en él o ella.
- Comparta fotografías sobre experiencias. El niño puede compartir fotografías desde casa y usted, o su ser querido, pueden compartir fotografías de cómo es estar en el hospital.
- Grabe su voz hablando o leyendo un cuento favorito. O tenga un horario regular para llamar a casa, como antes de acostarse.



- Planifique un momento para pasar juntos en casa o haga algo divertido al aire libre con su niño.

Estrategias para sobrellevar la situación:

- Mantenga las rutinas del hogar lo más normales y predecibles que sea posible. Las rutinas ayudan a los niños a sentirse seguros.
- Sea consciente de los sentimientos de su niño. Fomente el juego y maneras de facilitar la expresión. Estas pueden ser deportes, arte, música o cualquier actividad favorita.
- Recuérdele a su niño que le ama y le extraña, y que esta es una situación temporal (si eso es cierto).

Para más información o para ponerse en contacto con un especialista en vida infantil, por favor visite: <http://ucdavis.health/childlife>