Preparación para la vacuna

información honesta, dirigida a niños para reducir el miedo y encararlo de forma positiva

1 PREPÁRESE

EXPECTATIVA

Considere la edad del niño, comprenda los temores a la medicina mientras decide cuándo debe hablarles de ponerse la vacuna. Mientras más joven sea el niño, menor el tiempo de preparación. Un niño pequeño puede ser informado más temprano el mismo día, mientras que un adolescente podría necesitar prepararse varios días antes. Un niño pequeño puede ser informado más temprano el mismo día, mientras que un adolescente podría necesitar prepararse varios días antes.

EXPERIENCIA

"¿Te han puesto una vacuna alguna vez?"

EXPLICACIÓN

"Una vacuna es un medicamento líquido que ayuda a tu cuerpo a combatir enfermedades. Es un pinchazo rápido. Algunos niños dicen que se siente como un pellizco".

PARTICIPACIÓN

"Tu trabajo es respirar profundamente y ayudar a que tus brazos y piernas permanezcan quietos".

2 OFREZCA DISTRACCIÓN Y ALTERNATIVAS

DISTRACCIÓN:

La distracción es una manera de apoyar a los niños durante un procedimiento médico al ofrecerle un foco alterno. También puede reducir la percepción del dolor del niño.

IDEAS

- plasticina
- una bola antiestrés
- mirar un video
- un libro de veo-veo
- jugar veo-veo con los objetos a la vista
- escuchar una historia o canción favorita

ALTERNATIVAS:

Las alternativas ayudan a darle algún control al niño. Asegúrese de solo ofrecer alternativas que el niño realmente pueda elegir. Evite preguntar, "¿Estas listo?" porque esa no es una alternativa que tenga el niño.

EJEMPLOS

- ¿Quieres sentarte tú solito o en brazos de alguien a quien amas?
- Puedes elegir entre apretar plasticina, una bola de estrés o la mano de un ser querido.
- ¿Te gustaría escuchar música o un espectáculo?
- Puedes mirar o voltear la cara.
- Puedes tomar 3 o 6 respiraciones profundas.

3 PRUEBE O USE POSICIONES CÓMODAS

Un abrazo cómodo y seguro de parte de un cuidador o miembro del personal puede brindar seguridad y comodidad mientras se recibe una vacuna. Vea tres posiciones de comodidad que puede probar. Encuentre cuál funciona mejor para su niño.

Abrazo de costado, asegurando los brazos del niño pegados a su cuerpo.

Abrazo desde atrás, manteniendo quietos los brazos y piernas del niño.

Abrazo de frente, sujetando la cabeza y el cuerpo del niño mientras sus brazos están pillados en frente.

Todas estas posiciones de confort le dan al adulto la oportunidad de hablarle suavemente al oído al niño o cantarle una canción. "Te estás quedando muy quieto. Buen trabajo", o "Sé que esto es difícil, estoy justo aquí contigo".

Preparación para la vacuna

información honesta, dirigida a niños para reducir el miedo y encararlo de forma positiva

4 APOYO Y CIERRE

FIN	"¡Ya está!"
ALIENTO	"¡Lo has logrado! Te pusiste la vacuna para ayudar a tu cuerpo a mantenerse sano."
RECONOCIMIENTO	"Hiciste un gran trabajo quedándote quieto. Debes sentirte orgulloso de ti mismo.Yo también estoy orgulloso de ti."
EFECTOS	"Algunos niños dicen que el sacudir los brazos les ayuda".
EXPLORACIÓN	Un nuevo juguete, actividad o pegatina.

5 CONSIDERACIONES ADICIONALES

Consejos si va a participar en una vacunación desde el automóvil

La espera puede ser estresante. Venga preparado para un tiempo de espera largo. Traiga juguetes, películas, meriendas, bebidas, pañales, paños y pañuelos desechables extra.

Mantenga a su niño con el cinturón en su asiento o asiento protector para ayudar a mantenerlo cerca, seguro, y listo cuando lo llamen.

¡Todavía puede ofrecer alternativas! "¿Deseas que encienda o apague la música?" o "Puedo sostener tu mano o dar masaje a tu pie".

Elimine los sentimientos de duda, preguntas e incertidumbre y dele a este niño un sentido de control, validación y confianza.

¡Lo has logrado!

CLDR no pertenece a ningún partido, no tiene fines de lucro, y reconoce la naturaleza personal de la elección sobre vacunarse. La información contenida aquí no constituye un consejo médico. Solo es con propósitos educativos e informativos para ayudar a los niños a enfrentar el desastre actual de salud. Por favor consulte con un profesional médico para recibir asesoramiento o tratamiento personalizado.

Creado en colaboración con Lauren Dulude, MS, CCLS

Convertir la tragedia en un triunfo

CLDisasterRelief.org

Child Life Disaster Relief 2701 Little Elm Parkway, Suite 100-460 Little Elm, TX 75068

Child Life Disaster Relief es un entidad 501c3 sin fines de lucro