



cómo prepararse para la operación

- ✓ Recuerda comer, hidratarte y descansar lo mejor posible. Así cuidarás mejor a tu peque cuando salga del procedimiento.
- ✓ Si tienes más hijos, haz arreglos para que les cuiden y puedas enfocar tu energía en tu paciente.
- ✓ Asegúrate de que ya tengas claro lo que pasará en el proceso y durante la recuperación.
- ✓ Si tú o tu hijo(a) tienen preguntas, estoy disponible para resolverlas con gusto.

#TipsDeLaOtorrino
www.otorrinodeninos.com



bebés 0-1 año



Tu bebé puede sentir hambre, cansancio o estar irritable el día de la cirugía. Esto es normal por salir de su rutina habitual.



Puedes tratar de calmarle con objetos familiares y reconfortantes. Lleva su chupón, cobija o muñecos al hospital.



Lo más importante para tu bebé en esos momentos difíciles eres tú. Simplemente acompáñale con cariño. Abrazos y cercanía son muy valiosos.



Aliéntale y cálmale bajando las luces, cantándole o dando un paseo por el pasillo del hospital.

#TipsDeLaOtorrino
www.otorrinodeninos.com



toddlers (1-3 años)

- ✓ Infórmale del procedimiento sólo unos días antes. Apóyate con el video que te proporciono "**Adiós anginas**".
- ✓ Permítele decidir qué ropa se pondrá el día de la operación, anímale a escoger cuál juguete se llevará.
- ✓ Planeen juntos las formas de entretenerse mientras esté en el hospital.
- ✓ Puede enojarse una vez que sepa lo que pasará. Esto es una conducta normal y refleja que tiene miedo o ansiedad. Procura comprenderle y calmarle.



preescolares (3-5 años)



Infórmale del procedimiento sólo unos días antes. Apóyate con el video que te proporciono "**Adiós anginas**".



Jueguen al doctor: "escuchar el corazón" de un muñeco, o "tomarle la temperatura". Después haz lo mismo con tu peque para que disminuya su miedo a los aparatos médicos.



Planeen juntos las formas de entretenerse mientras esté en el hospital.



Busca episodios de dibujos animados o cuentos sobre ir al médico o al hospital y disfrútenlos juntos.



escolares (6-11 años)

- ✓ Infórmale sobre la operación alrededor de dos semanas antes. Dale oportunidad de preguntar y expresar sus preocupaciones.
- ✓ Háblale sinceramente sobre la cirugía. Explícale en términos sencillos lo que pasará el día de la operación y por qué.
- ✓ Platiquen sobre los miedos que pudiera tener, o si ya tiene alguna idea por los medios de comunicación o conversaciones con amigos.
- ✓ Planeen y hablen con profesores la manera de estar al corriente con tareas o clases extra.
- ✓ Contáctenme para aclarar dudas o preguntas que pudieran tener,

#TipsDeLaOtorrino
www.otorrinodeninos.com



adolescentes (12-17 años)

- ✓ Infórmale sobre la operación a medida que van realizando los preparativos. Dale oportunidad de preguntar y expresar sus preocupaciones.
- ✓ Involúcrale en la planeación: decidir la fecha, hacer preparativos para los cuidados de la recuperación, anticiparse a compensar faltas a escuela, entrenamientos, empleo.
- ✓ Avisen a sus maestros, entrenadores o empleador. cuánto tiempo estará en recuperación e informen si habrá alguna restricción de actividades mientras termina de sanar.
- ✓ Explícale que está bien sentir nervios, temor o incluso llorar. Permite que expresen si siente angustia o con molestias.
- ✓ Demuéstrale apoyo, dale información honesta sobre su operación y contáctenme para aclararles dudas.