



## Cómo ayudar a los niños a lidiar con las enfermedades de sus hermanos

La enfermedad de un(a) niño(a) puede afectar a toda la familia. Estos son algunos consejos que le pueden ayudar:

### Lo que necesitan los hermanos:

**Una rutina:** Las actividades diarias como ir a la escuela o la guardería, ayudarán a los hermanos a sentirse seguros cuando tengan que separarse de las personas que cuidan de ellos y su familia.

**Honestidad:** Para tratar de evitar que sientan miedo, es importante hablarles con sinceridad a los hermanos, utilizando palabras que puedan entender y explicándoles por qué su hermano o hermana se encuentra en el hospital.

**Platicar:** Los niños necesitan muchas oportunidades para expresar sus sentimientos a medida que tratan de comprender lo que está sucediendo.

### Observe su comportamiento:

Todos los niños reaccionan diferente cuando su hermano o hermana se encuentra en el hospital. Es normal que sientan:

- Miedo – "¿se me puede pegar lo que tiene mi hermano(a)?" (¿me puedo contagiar?)
- Culpabilidad – "¿Mi hermano se enfermó porque me pelee con él?", ¿Por qué se enfermó él y no yo?"
- Enfado – "Mi hermano está recibiendo muchos regalos en el hospital, ¿por qué yo no tengo juguetes nuevos?"
- Confusión – "¿Qué le van a hacer a mi hermano en el hospital?", "¿Cuándo va a regresar mi hermano a casa?"
- Soledad – "¿Qué hay de mí? Nadie me hace caso".

Usted podría notar estas emociones en el comportamiento de su hijo(a) si:

- hace un berrinche o juega agresivamente
- se vuelve inseguro(a), más (apegado(a)) o callado(a) de lo normal
- se comporta como si fuera más pequeño(a) (se chupa el dedo, moja la cama)

- se queja de dolor de estómago, de cabeza o de alguna otra enfermedad
- presenta cambios en sus hábitos del sueño o alimenticios

### **Cómo puede ayudarles:**

Los hermanos necesitan apoyo adicional cuando su hermano o hermana se encuentra en el hospital. Inclúyalos tanto como le sea posible, contestando sus preguntas y tratando de calmar sus miedos.

Actividades que puede(n) hacer en casa para que los hermanos se sientan incluidos:

- Hagan dibujos o escriban cartas para llevarle al hospital
- Organicen la visita de un solo hermano con el paciente
- Ayude(n) a que se comuniquen por teléfono, video conferencia, correo electrónico, etc.
- Pídale a sus hermanos que ayuden a empacar los artículos favoritos del paciente como peluches, DVD, música o juegos.
- Creen una página de CarePage en [www.carepages.com](http://www.carepages.com)

Antes de visitar el hospital, hable con los hermanos para enterarse de lo que creen que verán o harán. Recuérdeles que siempre pueden preguntar lo que quieran.

Actividades que pueden realizar en el hospital:

- Decoraciones para la habitación del hospital (letreros, dibujos)
- Jugar, leer libros, escuchar música o manualidades
- Visitar el cuarto de juegos

Si desea ayuda para platicar con su(s) hijo(s) sobre la visita a su hermano(a) en el hospital, comuníquese con su especialista en vida infantil o con el Departamento de Vida Infantil en el 312-227-3270.

