



Antes de su hospitalización en la Unidad de Cuidados Cardíacos (CCU)

Comprendemos que tener un hijo/a enfermo/a puede ser algo extremadamente estresante. Queremos que sepa que estamos aquí para colaborar con usted, para fomentar la sanación y ayudarles a usted y a su familia a atravesar este difícil momento.

A medida que se prepara para la estadía de su hijo/a en la CCU, debe tomar en cuenta esta importante información.

Cómo preparar a su hijo/a para una cirugía

El tener un procedimiento médico programado o tener que pasar tiempo en el hospital pueden hacer surgir sentimientos de ansiedad en niños y adolescentes. Preparar a los niños para la cirugía y la experiencia en el hospital con anticipación, reducirá el estrés y fomentará un ambiente de confianza entre el niño/a y el personal del hospital.

Sugerencias para ayudarle a hablar con su hijo/a acerca de la cirugía

Como padre o madre, usted tiene un papel crucial para ayudar a su hijo/a pequeño/a o adolescente a lidiar con la idea de tener que someterse a una cirugía y estar en el hospital. Es importante que usted converse con su hijo/a, de una manera en que pueda entender, acerca de su próxima cirugía. Asegúrese de explicarle los motivos por los que la cirugía es necesaria. Revise con su hijo/a los pasos de lo que sucederá antes y después de la cirugía. Pregunte a su hijo/a si tiene inquietudes, esto le ayudará a sentir menos temor.

Consejos para las personas a cargo de los cuidados

Antes de hablar con su hijo/a acerca de su próxima cirugía, converse con su equipo médico para comprender mejor la afección de su hijo/a y la cirugía programada. Incluso los bebés pueden percibir la ansiedad de sus padres y estarán atentos a cómo usted reacciona para reaccionar a una situación nueva como una cirugía. Mientras más información tenga sobre las pruebas, los tratamientos o procedimientos que necesitará su hijo/a, mejor preparado/a estará usted para apoyar a su hijo/a mientras se encuentre en el hospital. Los niños responden a las experiencias nuevas a su propio modo. Sin embargo, hay algunas reacciones generales que dependen de la edad.

Consejos en base la edad

Lactantes (neonatos hasta 12 meses):

Usted sabe qué le resulta estresante a su bebé. Tenga en cuenta estas cosas mientras ayuda a su bebé a prepararse para la cirugía. Los siguientes son algunos de los factores estresantes comunes para los bebés:

- Separarse de sus padres
- Tener diferentes personas a cargo de su cuidado



- No poder comer o beber
- Escenarios, sonidos u olores desconocidos
- Un cambio en su rutina «normal»
- La interrupción del sueño
- Confusión entre el día y la noche

La mejor forma de preparar a su bebé es preparándose usted. Cuide de usted; coma, beba y duerma lo suficiente. Haga preguntas para sentirse más cómodo/a. Simplifique su rutina el día anterior a la cirugía tanto como le sea posible. Evite cualquier actividad innecesaria y permita que sus amigos y seres queridos le ayuden con las tareas imprevistas o adicionales. El día de la cirugía, traiga consigo el objeto favorito de su hijo/a que le ayude a calmarse, ya sea una manta, un juguete, un peluche, etc., para ayudarle a sentirse cómodo/a en el nuevo entorno. Algunas sugerencias para ayudar a su hijo/a a lidiar con el estrés incluyen:

- Envolverle en un cobertor suave
- Acariciarle
- Masajearle
- Mecerle
- Sostenerle en brazos
- Cantarle o hablarle en voz baja

Niños pequeños (de 1 a 3 años)

Usted sabe qué le resulta estresante a su pequeño hijo/a. Tenga en cuenta estas cosas mientras ayuda a su hijo/a a prepararse para la cirugía. Los siguientes son algunos de los factores estresantes comunes para los niños pequeños:

- Estar lejos de las personas que los cuidan
- Pensar que se les está castigando
- Sensaciones nuevas o dolorosas
- Equipos médicos que se ven o suenan de modo atemorizante
- Estar en un lugar extraño
- Estar lejos de las personas, los lugares o cosas conocidos
- Conocer gente extraña a su entorno
- Estar limitados en sus movimientos o libertad

Un par de días antes de la cirugía es un buen momento para hablar acerca de lo que pasará y del por qué. Hacerlo con mucha anticipación puede producir más ansiedad y los niños pequeños todavía no comprenden el concepto del tiempo. Sea abierto/a y honesto/a; use palabras sencillas para hablar sobre la cirugía y la parte del cuerpo donde se hará. Por ejemplo, «para mejorar tu corazón». Leerle libros acerca de ir al hospital y presentarle juguetes de temática médica puede ayudar a su hijo/a a familiarizarse con lo que está sucediendo. Permítale llevar consigo su objeto preferido para calmarse a la cirugía también. Podrá conservar su juguete o manta preferidos durante toda la experiencia, inclusive en la sala de operaciones.



Después de la cirugía, sus caricias y su voz serán lo que más reconfortará a su hijo/a. Apegarse lo más posible a las rutinas habituales también ayudará a su hijo/a con el proceso de sanación. Permita que su hijo/a haga elecciones realistas para ayudarlo a tener una sensación de control. Por ejemplo, permítale elegir qué juguete traer o cómo quiere tomar su medicamento (con una cuchara, en un vaso o con una jeringuilla). Asegúrese de que su hijo/a comprenda que la cirugía no es un castigo y que usted estará a su lado tanto como sea posible. Sobre todo, sea paciente. Es de esperarse que su hijo/a haga pasajes al acto. Cuidar de usted mismo/a le ayudará a su vez a cuidar de su hijo/a.

Preescolares (de 3 a 5 años)

Usted sabe qué le resulta estresante a su hijo/a en edad preescolar. Tenga en cuenta estas cosas mientras ayuda a su hijo/a a prepararse para la cirugía. Los siguientes son algunos de los factores estresantes comunes para los niños en edad preescolar:

- Estar lejos de las personas que los cuidan
- Pensar que se les está castigando
- Sensaciones nuevas o dolorosas
- Temor de daños en el cuerpo
- «El pensamiento mágico» o el poder de la imaginación pueden hacer que vea las cosas peores de lo que son.

El entorno hospitalario puede limitar la capacidad de un niño para tomar decisiones. El entorno puede cambiar a menudo y está lleno de rostros nuevos. Converse con su hijo/a acerca de estar en el hospital de 3 a 5 días antes de la cirugía programada. Léale a su hijo/a libros acerca de hospitales y use juegos de simulaciones para practicar cómo podría ser la experiencia en el hospital. Por ejemplo, preséntele a su hijo/a su juguete favorito explicándoles que el juguete necesita que arreglen su corazón, que revisen el latido de su corazón, etc. Utilizando un kit de reconocimiento médico de juguete, su hijo/a puede tomarle la temperatura a su juguete y escuchar su corazón y su respiración. Este tipo de juego le da al niño una sensación de control. Esto también puede ayudarlo a usted a entender qué es lo que más atemoriza a su hijo/a en base a cómo su hijo/a trata al juguete.

Brinde explicaciones sencillas. Los niños en edad preescolar tienen dificultad para comprender las palabras y frases de «doble sentido». Por ejemplo, usted puede explicar en qué consiste la anestesia diciéndoles algo así: «El médico tiene un medicamento especial para darte, que da sueño para que duermas durante tu cirugía. No sentirás ningún dolor». Le recomendamos enfáticamente que evite usar términos como «ponerte a dormir» puesto que su hijo/a puede asociarlo con situaciones como cuando a una mascota se le pone a dormir. También sugerimos cambiar la palabra «cortar» por «una pequeña abertura» y utilizar «pinchazo» en lugar de «inyección». Asegúrele a su hijo/a que la cirugía no es un castigo pero que es algo que muchos niños necesitan para ayudarles a estar saludables y fuertes. Motívele para que exprese cómo se siente y déjele saber que es normal que sienta temor o deseos de llorar. Puede asegurarle que usted estará a su lado tanto como sea posible.



Niños de edad escolar (5 a 12 años)

Usted sabe lo que resulta estresante para su niño/a en edad escolar. Tenga en cuenta estas cosas mientras ayuda a su hijo/a a prepararse para la cirugía. Los siguientes son algunos de los factores estresantes comunes para los niños en edad escolar:

- Miedo de «verse diferente» después y miedo de la cirugía
- Miedo de perder las funciones «normales» del cuerpo
- Deseo de ser independiente si bien todavía necesita mucha atención de parte de las personas que le cuidan
- Ansiedad acerca de las enfermedades, posibles complicaciones y los efectos del tratamiento médico
- Sensación de pérdida de control y de hacer algo «vergonzoso»
- Sensación de impotencia, pérdida de respeto y amor
- Miedo al dolor, miedo de despertarse durante la cirugía
- Preocupación sobre la privacidad y el pudor
- Alejarse de la vida «normal», como de la escuela y los amigos

Los niños de edad escolar pueden comprender mucha información, por lo que es importante que se les involucre en conversaciones abiertas y honestas sobre su atención. Cuando su hijo/a siente que se le incluye, se siente en mayor control de la situación. Comience a conversar con su hijo/a al menos 1 a 2 semanas antes de la cirugía. Asegúrese de que su hijo/a sepa por qué la cirugía es necesaria en palabras que pueda comprender. Hacer que se lo explique a usted puede ser una excelente manera de evaluar lo que ha entendido. Tranquilice a su hijo/a asegurándole que sin importar la edad que tenga, está bien llorar, sentir miedo o nervios. Anímele a hacer preguntas, ya sea a usted o al personal médico y recuérdle que todos desean que se sienta mejor, no peor. También puede ser de ayuda para su hijo/a saber de qué manera la cirugía le ayudará. Por ejemplo, le ayudará a respirar mejor, a tener más energía para practicar deporte, etc.

Mientras esté en el hospital, es bueno coordinar que un familiar o amistad de confianza se quede con su hijo/a. Si usted debe irse, dígame a su hijo/a cuándo debe irse, por qué debe irse y cuándo estará de regreso. Le animamos a explicarle cada paso para ayudarle a sentir que tiene más control y que comprende.

Anímele también a llevar consigo objetos de casa que le ayuden a sentirse cómodo/a incluyendo su cobija preferida, peluches, libros, etc. Los elogios y los ánimos pueden ayudar a reducir algo del estrés de estar en el hospital. Conectar a su hijo/a con sus amigos/as y seres queridos después de la cirugía vía teléfono, tarjetas, etc. puede ser una excelente manera de concentrar su mente en su recuperación y sanación. Es muy importante brindar a su hijo/a apoyo y honestidad y tratarle con tanta normalidad como sea posible. Su hijo/a podría comportarse como un/a niño/a pequeño/a. Estas explosiones de ira o tristeza con normales. Recuérdle a su hijo/a que usted está allí para escucharle, y anímele a hablar sobre cómo se siente.

Adolescentes (de 12 a 18 años)

Usted podrá ayudar a su hijo/a a prepararse mejor para la cirugía si sabe qué es lo que le preocupa y cómo puede ayudarle. Si bien los adolescentes pueden ser muy independientes, todavía necesitan su apoyo durante los momentos estresantes. Uno de los aspectos más importantes de cuidar de su adolescente antes, durante y después de la cirugía es asegurarse de que su hijo/a tenga una participación activa en su cuidado. Esto le ayudará a sentir un mayor control y le animará a seguir las indicaciones del médico. También puede contribuir a un mejor afrontamiento general y a que crea en sí mismo/a.



Los siguientes son algunos de los temores comunes:

- Pérdida de control y confidencialidad
- Estar lejos de su vida «normal» y de sus amigos/as
- Preocupación de que su imagen se vea afectada dentro de su red social
- Miedo de la cirugía, miedo de los riesgos
- Miedo de despertarse durante la cirugía
- Temor de que una parte de su cuerpo se vea dañada en términos de función o aspecto
- Miedo de morir durante la cirugía
- Miedo al dolor, miedo a lo desconocido

Los adolescentes se benefician sobre todo de una comunicación clara y honesta de parte suya y del equipo médico acerca de lo que sucederá y el motivo por el que esto debe suceder. Los adolescentes tienen derecho a saber qué problema tienen sus cuerpos y qué se hará para ayudarles a sanar. Ellos son capaces de desempeñar un rol clave en sus propias decisiones respecto a su atención médica, como por ejemplo tomar decisiones por sí mismo cuando es apropiado. La manera en que se les da la información es casi tan importante como la información que usted comparte con ellos. Anime a su hijo/a a hacer preguntas para su propio conocimiento y a pedir aclaraciones si algo no tiene sentido. Explíquele que sentirse emotivo/a es común, normal y apropiado. Permítale que exteriorice sus pensamientos y sentimientos.

Considere también brindarle privacidad cuando sea apropiado para ayudarle a su adolescente a lidiar con la hospitalización. Converse con su hijo/a acerca de si y cómo desearía compartir las novedades de la cirugía con las personas externas a la familia. Si usted se siente cómodo/a, involucre a los amigos de su hijo/a y a sus familiares para brindarle apoyo a su hijo/a antes y después del procedimiento. Finalmente, recuerde ser paciente con su adolescente. Su hijo/a puede pasar por cambios de estado de ánimo a lo largo del proceso y podría no querer hablar o responder preguntas, pero podría mostrar interés más adelante. Su hijo/a podría necesitar tiempo a solas o, al contrario, podría necesitar más atención. Recuerde que esto es temporal y que, a fin de cuentas, usted es la principal fuente de consuelo para su hijo/a.

Cómo prepararse para su estadía

Cosas que debe traer al hospital

- Por favor, deje todos los objetos de valor (como joyas o dinero) en casa.
- El hospital tiene blanquería y almohadas disponibles, pero si usted o su hijo/a tienen una almohada o cobija preferida, puede traerlas al hospital para ayudarle a estar más cómodo/a y a que la habitación se sienta más hogareña.
- Las batas de hospital están a la disposición de su hijo/a si desea usarlas. Usualmente es más fácil usar una bata de hospital el primer día después de la cirugía, pero después de eso su hijo/a podría sentirse más cómodo/a usando su propia ropa o sus pijamas. Elija prendas de vestir que sean holgadas, que se abotonen o se cierren y que sean fáciles de quitar. Los calcetines antideslizantes también son útiles para salir de la cama después de una cirugía. Traiga también un par de zapatos cómodos para caminar, ya que deseamos que su hijo/a esté de pie y camine lo antes posible.
- Traiga los artículos de aseo personal de su hijo/a necesarios para el uso diario (cepillo de dientes, pasta de



dientes, cepillo para el cabello, desodorante, lociones, secador de cabello, etc.). El hospital proporciona algunos de estos artículos; sin embargo, la mayoría de personas, se sienten más cómodas con sus propios artículos personales. Es especialmente importante para los adolescentes poder sentirse como ellos mismos y sentirse bien acerca de su apariencia como si estuvieran en casa.

- No necesita traer pañales, toallitas húmedas, fórmula o comida para bebés; el hospital proporciona todos estos artículos. Si su bebé o hijo/a pequeño tiene un biberón o vaso especial que le guste usar, tráigalos ya que pueden ayudar a animarle a beber después de la cirugía. Si su hijo/a necesita una marca especial de un producto para su cuidado (por ejemplo, un tipo específico de pañal o de toallitas húmedas), por favor tráigalos consigo.
- No dude en traer tabletas, teléfonos celulares, auriculares, videojuegos y computadoras portátiles. El hospital tiene wi-fi, así que es fácil usar las computadoras portátiles y pueden ayudarles a usted y a su hijo/a a mantenerse al día con el trabajo o la escuela y a comunicarse fácilmente con familiares y amigos. Estos artículos son una gran distracción tanto para usted como para su hijo/a mientras su hijo/a se recupera. No olvide traer sus cargadores.
- Traiga juguetes, libros, sudoku/sopas de letras/crucigramas, libros, diarios y cualquier cosa que le guste a su hijo/a para mantenerlo/la ocupado/a y distraído/a. También tenemos muchos juguetes en el hospital, solo pídaselos a los especialistas en vida infantil o a los voluntarios.
- Quizás desee empacar unos cuantos refrigerios para tenerlos a mano en la habitación.
- Contamos con refrigeradoras y congeladores dedicados donde puede almacenar su leche materna. Tenemos a su disposición salas de lactancia y bombas de succión Medela en cada habitación de los pacientes para su comodidad. Contamos con suministros para esta bomba, pero si usted prefiere usar su propia bomba, puede traer consigo la suya junto con todos los suplementos.
- Padre/madre o tutor: No olvide empacar para usted. El hospital ofrece blanquería y toallas, pero usted debe traer sus propios artículos de aseo personal, ropa cómoda, ropa para dormir y zapatillas. El día de la cirugía es mejor que deje sus pertenencias en su auto, habitación del hotel o habitación de la Casa Ronald McDonald hasta que su hijo/a haya salido de la cirugía y se encuentre en su habitación.

Información sobre estacionamiento y ubicación

Para obtener más información acerca de cómo viajar a Lurie Children's, haga clic aquí.



Alojamiento

Varios de los hoteles de la zona podrían ofrecer tarifas especiales a las familias con niños ingresados en el hospital.

Además, la Casa Ronald McDonald cerca de Lurie Children's está ubicada en el 211 E. Grand Avenue, a corta distancia a pie hacia el sur del hospital. La Casa, que es actualmente la más grande del país, ofrece en sus 15 pisos, atención y comodidad a las familias de niños hospitalizados, y cuenta con 86 habitaciones para huéspedes, una terraza en el techo como un espacio esparcimiento y una cocina repleta de comidas caseras y conversaciones de apoyo. *En los 2 pisos superiores hay 15 habitaciones solo para pacientes de trasplantes.*



Conozca Más