

Cómo ayudar a los niños de preescolar cuando un hermano o hermana está en el hospital



(When a brother or sister is in the hospital: helping preschoolers cope)

Su hijo puede mostrar cambios de comportamiento cuando un hermano (o hermana) se enferma. Puede que estos cambios se deban al intentar enfrentar la situación. Como padre o madre, dichos cambios pueden preocuparle. Hay algunas cosas que usted puede hacer para ayudar.

Cambios comunes que puede notar en su niño

- Temor de que usted se vaya (se aferra más a usted que de costumbre)
- Pide ayuda para hacer cosas que antes hacía por sí solo
- Rabietas (tales como morder, pegar, o patear)
- Moja la cama
- Cambio en los hábitos alimenticios
- Cambio en su patrón del sueño (puede tener pesadillas)
- Celos hacia el hermano (a) hospitalizado
- Retoma comportamientos pasados (como chuparse el dedo, hablar como un bebé o mojar la cama)
- Se siente culpable aun cuando no lo es, de la hospitalización de su hermano (a)

Cómo ayudar a su hijo a enfrentar la situación

- Mantenga la rutina diaria de su hijo lo más posible.
- Déjele saber que está bien que exprese sus sentimientos. Ayúdele a encontrar la manera de expresarlos en una forma segura. Si está enojado, dele
 - Plastilina (*Play-Doh*) para que aplasten
 - Almohadas para que golpeen
 - Papel para que rasguen
- Hágle saber que lo que siente es normal. Ayúdele a usar las palabras adecuadas para explicar qué siente. Podría decirle, “te ves enfadado” o “qué difícil debe ser no tener a mamá en casa”.
- Pase tiempo a solas con su hijo. Déjele saber que lo extraña, y lo importante que él es para usted.
- Hable con su hijo de su hermano(a) en el hospital. Lo que él se imagina puede ser peor que la realidad. Dele información sencilla, que incluya sus sentidos (lo que él ve, oye, siente, huele o saborea)
- Recuérdele que no hizo nada para causar la enfermedad del hermano (a) o su hospitalización.
- Recuerde ir al ritmo del niño. Está bien si todavía no quiere hablar de su hermano (a), y en vez de eso prefiere ir a jugar.
- Puede ser que él aprenda mejor si juega al médico o escucha un cuento acerca del hospital.
- Hágle preguntas. Escuche lo que su hijo sabe acerca de su hermano(a), el hospital y los cambios en casa.

Si tiene alguna preocupación urgente o una emergencia, llame al 911 o vaya de inmediato a la sala de urgencias más cercana.

Cómo ayudar a los niños de preescolar cuando su hermano o hermana está en el hospital, continuación

- Si él quiere ayudar, inclúyalo en el cuidado del hermano(a). Déjelo:
 - Ir de visita al hospital
 - Pintar algo para el cuarto del hospital
 - Enviar fotos
 - Llamar al hospital todos los días
- Para ayudarlo a dormir en la noche, ofrézcale una lamparita o un juguete favorito.
- Si su hijo va a la guardería, explíquele al maestro lo referente al hermano (a) enfermo (a). De esta manera lo pondrá al tanto sobre los posibles cambios de comportamiento, y podrá ayudar al niño con sus sentimientos.
- Recuerde a su hijo que alguien va a cuidar de él, aun cuando usted esté en el hospital.

Recuerde, su niño sigue siendo la misma persona, aun cuando actúe diferente durante la enfermedad de su hermano(a). Estos cambios de comportamiento son comunes y en la mayoría de los casos desaparecen. Es la forma que tiene su hijo de lidiar con la enfermedad de su hermano (a) y la hospitalización.

Esta hoja informativa contiene sólo información general. Hable con el médico o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico de su hijo.