

Visitas al médico

En los dos primeros años de la vida de un niño, hay que visitar la oficina del doctor con bastante frecuencia. A veces, estas visitas son desagradables para el niño, si le van a poner vacunas o si se siente infeliz con un dolor de oídos u otra enfermedad. Para eliminar el miedo de estas visitas, hay unas técnicas sencillas que los padres pueden utilizar.

Incluso los niños pueden sentir las emociones de sus padres, así que hable con su hijo sobre la visita pediátrica en un tono normal. Para los niños pequeños (6-8 meses), se puede mencionar la visita esa misma mañana. Para los niños de más de un año, es buena idea prepararles uno o dos días antes. Ayúdele a su niño recordar algunos juguetes que están allí, el médico o la enfermera que ve con regularidad, o una sorpresa que pueda recibir de parte del médico al final de la visita. Comunique la idea de que los médicos y enfermeras son personas que nos ayudan.

Los cuentos sobre visitas médicas pueden ser muy útiles, tanto como jugar al médico con su niño, ya sea en el hogar, la guardería, o en un museo de niños con una oficina de doctor de mentira. Si usted puede obtener un verdadero estetoscopio para experimentar con su hijo, no estará tan desconcertado por los procedimientos extraños en la oficina del pediatra. Hay muchos botiquines de juguete disponibles que inspiran el juego imaginativo (comprobar los requisitos de edad en el envase), que también serán útiles en la preparación de una visita médica. Si su hijo va a recibir una vacuna, puede fingir la práctica con una "aguja" de mentira. Respete a su hijo y mantenga su confianza en usted: sea sincero brevemente si pregunta si la inyección dolerá. Explique que la apariencia de la aguja puede causar miedo, y puede pellizcar para unos pocos segundos, pero que es importante ya que le ayuda a mantenerse sano. Deje que le de una "vacuna" a usted y pida que le ponga una venda.

Con suerte no tendrá una situación de emergencia médica con su hijo, pero si llega a pasar, puede que le pongan en una liga en el brazo (un dispositivo de retención que se usa para poner puntos, sacar sangre, etc.), o es posible que su niño tenga que viajar en ambulancia. Después de esa experiencia, usted puede ayudarle a confrontar los temores por hablar e incluso hacer un role-play de la experiencia una vez que ya haya pasado. Que sepa que una emergencia médica traumática tendrá algún impacto en el comportamiento de su niño durante un tiempo, sea paciente y de apoyo mientras su hijo procesa estos sentimientos.