

Utilización de posiciones cómodas durante situaciones estresantes

En el hospital, su hijo enfrentará muchas situaciones que puedan hacer que él o usted se sientan estresados. Algunas de estas situaciones incluyen punción lumbar o aspiración de médula ósea, colocación de un sistema intravenoso (IV), que se le mida la presión arterial, o incluso que una enfermera mire la pulsera de identificación.

A veces, las situaciones estresantes pueden causar que los pacientes sientan falta de control. Algunos pacientes pueden luchar o volverse agresivos durante estas situaciones. Pueden necesitar ayuda para mantenerse quietos. La gran cantidad de miembros del personal que se requiere para la asistencia puede resultar abrumadora para un niño. La utilización de posiciones cómodas puede ayudar a disminuir el número de personas necesario para realizar un procedimiento. Las posiciones cómodas pueden ayudar a que su hijo se sienta más en control y más exitoso; esto puede hacer que la experiencia sea más positiva y crear una rutina positiva para futuras situaciones estresantes.

Las siguientes son algunas posiciones cómodas que se pueden utilizar durante situaciones estresantes:

El paciente se sienta en una cama con el padre detrás dándole confort. Esta posición permite que el paciente sienta que tiene más control. El paciente necesita poca ayuda para quedarse quieto y se puede concentrar fácilmente en el procedimiento o en otra actividad con el padre.



El paciente se sienta con la espalda contra el pecho del padre. Esta posición da una sensación de control y el paciente puede ver qué está pasando o mirar para otro lado. El padre asegura el brazo derecho del niño con un abrazo y el brazo izquierdo queda expuesto. Esto también se puede adaptar para que las piernas del paciente (a la altura de los tobillos) queden entre las piernas cruzadas del padre.

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

Utilización de posiciones cómodas durante situaciones estresantes

El paciente se sienta de frente al padre con las piernas a los costados. El padre le da un abrazo protector. Las piernas sólo pueden patear desde la rodilla hacia abajo y el otro brazo está asegurado. El paciente puede fácilmente mirar el procedimiento o mirar para otra parte para distraerse con un libro, respirando o con visualización guiada de imágenes mentales.



El paciente se sienta en el regazo del padre con las piernas a un costado. El padre le sostiene la mano y le da confort (o puede asegurar el brazo, como en la imagen en la página 1, si el paciente necesita más ayuda para mantenerse quieto). Esta posición se puede adaptar cuando la mayor parte del peso del paciente se encuentra sobre una de las piernas del padre y las piernas del paciente se encuentran entre las piernas cruzadas del padre.

¿Preguntas?

Para conocer más maneras de ayudar a su hijo a pasar estas situaciones estresantes, lea la guía “Sabe usted...Preparación para la cirugía y otros procedimientos”.

Si tiene preguntas acerca de las posiciones cómodas o acerca de otras maneras de ayudar a su hijo a salir adelante, hable con el especialista de Child Life de su hijo. Si está fuera del hospital, llame al departamento de Child Life al 595-3020. Si se encuentra fuera del área de Memphis, marque el número gratuito 1-866-2STJUDE (1-866-278-5833) extensión 3020.

El propósito de este documento no es replazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.