

## Un día en el Hospital: mañana me operan

### *Programa de preparación psicológica para la cirugía infantil*

#### I. INTRODUCCIÓN: EL PAPEL DE LOS PADRES

Vuestro hijo, próximamente va a ser operado. **Los padres podéis ayudarle a afrontar esta experiencia**, de modo que os resulte a todos lo menos estresante posible.

**Los padres desempeñáis un doble papel en la hospitalización infantil.** Por un lado, como apoyo y por otro, como modelo que los hijos imitan. Es importante que conozcáis qué le va a ocurrir en el hospital. **¿Y por qué debéis tener este conocimiento?:**



- En principio porque tenéis derecho a ello
- Y además, porque os resultará muy útil conocer cómo los profesionales sanitarios van a ayudar a tu hijo durante su hospitalización e intervención, y así comprender sus reacciones.

Está comprobado que la información disminuye el estrés de los padres cuando un hijo va a ser operado.

Existe una forma de comunicación encubierta, no verbal, entre padres e hijos que "**contagia emocionalmente**" los miedos y la ansiedad, pero que también puede contagiarle seguridad y confianza. Si lográis adaptaros eficazmente, influiréis favorablemente sobre él. Por el contrario, si os mostráis ansiosos o preocupados, contribuiréis a aumentar sus niveles de ansiedad.

#### **EL PAPEL DE LOS PADRES ES FUNDAMENTAL PARA QUE EL NIÑO AFRONTE DEL MEJOR MODO POSIBLE SU OPERACIÓN**

La preparación debe iniciarse unas **dos semanas antes** del día previsto para la intervención y gira en torno a dos conceptos psicológicos: **información y "estrategias de afrontamiento"**.

- Ya que **lo desconocido es lo que más nos inquieta**, debéis saber cómo va a ser la experiencia que va a vivir vuestro hijo con el objeto de desdramatizarla todo lo posible.

- Y por otra parte, es de gran ayuda que manejeis una serie de técnicas y "trucos" que le ayuden a afrontar esos momentos con una **predisposición activa y positiva**.

Para conseguir esos objetivos os ofertamos este **texto**. Queremos que conozcáis lo que supone la experiencia por la que pasará, cuál debería ser vuestro papel, e ir conociendo algunas técnicas para que las trabajéis en casa.

Además tenéis [el vídeo](#), donde los padres, junto con vuestros hijos, vais a vivir la historia narrada por una niña que os cuenta cómo fue la experiencia de su operación quirúrgica. A la vez, podréis ver cómo son las distintas salas y dependencias del hospital por las que irá pasando.

Todos los que hemos participado en el diseño de este *Programa de preparación psicológica para la cirugía infantil*, al que hemos llamado “**Un día en el Hospital: mañana me operan**”, esperamos poder contribuir a conseguir el objetivo propuesto: que **la experiencia de la intervención quirúrgica sea lo menos traumatizante y lo más “saludable” posible**. En ello hemos puesto nuestro empeño e ilusión.