

La ansiedad infantil frente a la hospitalización y la cirugía

Autor:

Eduardo R. Hernández González. Médico Pediatra y Terapeuta de la Conducta Infantil. Centro Clínico Bello Campo. Caracas-Venezuela.

Palabras clave: ansiedad, miedo, hospitalización, juego

Uno de los aspectos más ampliamente estudiados en el campo de la psicología, ha sido la ansiedad. Asimismo, ha existido una tendencia a diferenciar lo que es el miedo, la ansiedad y la angustia. Se entiende por miedo la emoción surgida ante un peligro de origen externo y concreto, por ejemplo, frente a un animal. La ansiedad, sin embargo, sería la sensación que surge ante un peligro de origen interno y no concreto. La angustia, la reacción del cuerpo, como taquicardia, sudoración, etc. Sin embargo, en la práctica, los tres términos se utilizan por igual, y nos referimos a **ansiedad** cuando notamos un estado emocional desagradable y percibimos sensaciones de peligro amenazador, caracterizadas por malestar, tensión o aprensión.

La ansiedad se presenta en muchas situaciones de la vida cotidiana, como mudanzas, cambio de colegio, hacer un examen, optar por un nuevo empleo, separación de la pareja, etc., en las que se percibe, anticipadamente, un posible peligro, no bien determinado, que amenaza el bienestar psicológico del sujeto. La ansiedad podemos considerarla importante si es muy intensa o si el niño o el adulto no la maneja bien, no logrando ajustarse y superar la situación desencadenante.

La hospitalización y el niño

Existen muchos factores que constituyen una fuente de amenaza para el niño y ante los cuales debe enfrentarse, como *la enfermedad, la hospitalización y las intervenciones quirúrgicas*.

La enfermedad origina una serie de efectos en el niño, resumidos en:

**Efectos directos:* dolores generalizados, malestar, inquietud, irritabilidad, alteraciones del apetito y del sueño, fatiga, entre otros.

**Efectos reactivos:* regresión emocional y conductual, como retroceder en el control de esfínteres; tristeza, interpretaciones erróneas de la realidad, fantasías sobre cambios en su imagen corporal, alteraciones de la adaptación social del niño, dificultades escolares, etc.

La aparición de estas reacciones en el niño se debe a que la enfermedad o la intervención médico-quirúrgica

implica cambios para él como:

- a) La separación de su medio familiar y su reubicación en un ambiente para él desconocido y extraño.
- b) La pérdida de habilidades previamente adquiridas.
- c) El miedo a morir, al dolor, a ser dañado o maltratado.

Una vez que el médico ha indicado la hospitalización, el pediatra y los padres, dependiendo de la edad y del nivel de desarrollo evolutivo del niño, deben darle una explicación que abarque los siguientes puntos:

- 1- Que necesita la hospitalización porque está enfermo y, para curarse, es necesario el ingreso.
- 2- Que el hospital es un sitio donde va a recibir ayuda, y el personal lo va a cuidar y tratar bien.
- 3- Que los procedimientos a realizar son poco dolorosos o indoloros.
- 4- Que su permanencia en el hospital será por pocos días.
- 5- Que sus padres no se separarán de él en lo posible, ni le van a abandonar aunque tengan que salir un rato, a comer a casa, etc.
- 6- Que probablemente esté con otros niños, y, a lo mejor, va a poder hacer nuevos amigos.

Con ello se pretende preparar al niño ante este evento y minimizar su impacto emocional.

Juego en el ambiente hospitalario

Una de las formas de reducir los temores del niño ante la hospitalización, es a través del juego, que es una actividad placentera, realizada de forma voluntaria y sin presiones externas, en donde el niño experimenta sentimientos de control y dominio que le permiten reducir sus ansiedades y enfrentar de forma más adecuada la situación.

El juego, de acuerdo al nivel de desarrollo del niño, se clasifica en:

**Juego sensorio motor:* de 0 a 2 años. Consiste en repetir movimientos que producen placer al sentir dominio sobre sus capacidades motoras, como el juego de palmitas, lobitos, etc.

**Juego simbólico:* de dos años en adelante. El niño expresa su mundo interno simbólicamente, a través de representaciones de objetos ausentes. Son juegos de

“como si”. Por ejemplo, mover una piedra como si fuera un coche o dar de comer a un muñeco como si fuera de verdad.

**Juego de reglas*: desde los 7 años en adelante. El niño es capaz de considerar el punto de vista del otro, pero en su juego se torna competitivo.

Asimismo, el juego se puede dividir en dos categorías:

**Juegos activos*. En éstos, la diversión procede de lo que hace el niño, tanto si corre por gusto, como si construye algo con arcilla o pinta.

**Juegos pasivos o diversiones*. Aquí, la alegría se deriva de las actividades de otros, tales como ver a otros niños jugando, ver la televisión, leer tiras cómicas o novelas, y el jugador consume un mínimo de energía.

Los juegos contribuyen activamente al desarrollo integral de los niños, fomentando la comunicación y las habilidades sociales; favorecen la liberación de energía acumulada por necesidades y deseos internos; son fuente de aprendizaje, estímulo para la creatividad y para el desempeño de roles, etc.

Durante la hospitalización, el juego le permite al niño confrontar activamente sus fantasías y temores en torno a la enfermedad, a las operaciones y a los procedimientos médicos. Se recomienda jugar a la interpretación de roles o dramatización, o sea, jugar a ser médicos o enfermeras, con manipulación progresiva de materiales médico-quirúrgicos, de juguete o de verdad, así como la utilización de juegos como rompecabezas, pinta dedos, de construcción, videojuegos, etc. También es importante considerar el dibujo infantil como herramienta de juego en el niño hospitalizado, a través del cual puede expresar emociones que a veces no expresaría con palabras. Vale la pena recordar que los juegos y los juguetes deben ser adecuados a la edad y desarrollo del niño, así como de sus gustos e intereses, para que actúen como estímulos reforzadores de la conducta.

En el caso de hospitalizaciones prolongadas, se recomienda que el centro hospitalario cuente con una sala de juegos, así como de personal especializado en el tema, tales como maestras especialistas, psicopedagogos, orientadores, psicólogos, animadores infantiles y personas voluntarias y sensibilizadas en la importancia del juego para la salud del niño.

La preparación preoperatoria en el niño

Dado que las intervenciones quirúrgicas y los procedimientos médicos constituyen una fuente de amenaza para el niño, alterando su bienestar emocional por el grado de ansiedad asociado, resulta conveniente llevar a cabo una preparación preoperatoria con el fin de permitir al niño superar este trauma y, además, lograr su coope-

ración. Fundamentalmente, explicarle, en términos sencillos, lo que se le va a hacer y contestar a todas sus preguntas con palabras entendibles y adecuadas a su edad. Una buena preparación preoperatoria equivale a una intervención quirúrgica exitosa, a una rápida recuperación y a minimizar el impacto emocional ocasionado por el acto quirúrgico y la hospitalización. El juego también es una de las mejores maneras de preparar al niño y de reducir la ansiedad generada por una intervención quirúrgica.

Todos sabemos que una hospitalización y/o cirugía genera angustia en cualquier individuo, más aún si se trata de un niño, por lo tanto, es deber de los padres minimizar este daño cuando sus hijos se enfrenten a dichas situaciones. Una buena manera es pedir orientación a su pediatra o a su enfermera, y, en ocasiones, incluso, a especialistas en conducta infantil, quienes orientarán tanto a los padres como a los niños en todo lo referente a esta materia.

Bibliografía:

- Barrera, G. (1997), *Psicopediatría*. Barcelona. España. Salvat Editores.
- Jiménez, Manuel (1999), *Psicopatología Infantil*. Málaga, España. Ediciones Aljibe.
- Lowenfel, Víctor (1983), *Desarrollo de la capacidad creadora*. Buenos Aires, Argentina. Editorial Kapelusz.
- Ross, Alan (1999), *Terapia de la Conducta Infantil*. México, DF. Editorial Limusa.
- Ross, Vasta (1999), *Psicología Infantil*. Barcelona, España. Editorial Ariel.