

# SUPERAR EL MIEDO A LAS AGUJAS

Administrar las inyecciones de manera relajada y cómoda ayuda a los niños pequeños, y también a sus familias, a beneficiarse mejor del tratamiento

Cómo ayudar a los niños pequeños con dermatitis atópica grave y a sus cuidadores a superar el miedo a las inyecciones. Anima a los padres y cuidadores a crear una rutina antes y después de la inyección. Esto ayudará a tranquilizar al niño/a.

## ANTES DE DEL PINCHAZO

### ¿Cómo te sientes?

¿Estás relajado o nervioso?



### Programa las inyecciones

Cerca de las horas de comida o siesta



### Identifica, pregunta, responde

Identifica las inquietudes, pregúntale qué le molesta y trata de abordarlo.



### Explica qué pasará

Esto ayudará al niño a superar su miedo a lo desconocido. Por ejemplo, puedes mostrarle lo que sucederá dándole una inyección falsa a un juguete.



### Dale protagonismo

Deja que el niño elija la ropa para pincharse o elige una actividad divertida para hacer después.



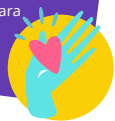
### Trae su juguete o libro favorito.



## DURANTE EL PINCHAZO

### Crea un entorno adecuado para la inyección.

Reduce el tiempo de preparación y la presencia de una aguja "visible" para minimizar los nervios.



### Nunca digas "no dolerá"

Utiliza palabras sencillas y una voz suave para explicar el procedimiento



### Utiliza una estrategia de distracción y relajación.

Para consolar al niño y al cuidador



### Para niños ≤3 años:

- Enséñales imágenes y hazles preguntas para distraerles
- Utiliza música, trucos de magia o historias
- Prueba a usar un globo, hacer pompas de jabón o jugar con un pequeño molino de viento

### Para niños >3 años:

- Reproduce música que conozca y pídele al niño que la adivine
- Utiliza juguetes para estimular la respiración lenta y profundo, o soplar pompas de jabón

## DESPUÉS DEL PINCHAZO

Elogia al niño por su valentía.



Planifica una actividad divertida.

Por ejemplo, dar un paseo familiar por el parque o disfrutar de un capricho.

