



Wonders & Worries

Apoyo profesional a través de la enfermedad de un padre.

Juntos, podemos.

# Apoyando a Los Niños Cuando Un Papa/Mama Está Hospitalizado por COVID

## CUIDADO CRITICO

### Como Explicar el COVID-19

COVID-19 es un virus o grupo de gérmenes que pueden hacer que la gente se enferme. Es muy contagioso, lo que significa que puede contagiarse de una persona a otra. COVID-19 es parte de la familia de los coronavirus, que también incluye el resfriado común y gripe. Tenemos medicamentos para ayudar a protegernos de contraer la gripe, pero COVID-19 es nuevo. Los doctores todavía no tienen medicamentos para ayudar a proteger a las personas de contagiarse, pero los científicos están trabajando muy duro para crear una nueva medicina.

No hay muchos niños que se enfermen de COVID-19; más adultos se enferman de este grupo de gérmenes. No siempre podemos saber de dónde alguien contrae COVID-19 porque los gérmenes son tan pequeños que nuestros ojos no puede verlos. Los gérmenes se pueden esconder en cualquier lugar, especialmente en lugares donde mucha gente va, como la tienda o los parques. Los gérmenes también se esconden en las superficies que las personas tocan con regularidad, como los pomos de las puertas.

### Explicando el Sistema Inmunológico

Nuestro cuerpo está formado por diferentes tipos de células: células del cabello, células de la piel, células sanguíneas, etc. Todas tienen un trabajo específico que ayuda a nuestro cuerpo a trabajar y mantenerse saludable. El sistema inmunológico es un grupo de células que protegen nuestro cuerpo de gérmenes

no saludables para la salud, como el coronavirus. Niños sanos y los adultos jóvenes tienen un sistema inmunológico fuerte. Adultos mayores, o personas con otras condiciones médicas, no tienen un sistema inmunológico tan fuerte; por lo tanto, podrían enfermarse más fácilmente a causa de los gérmenes.

### Síntomas Comunes

Las personas con COVID-19 pueden sentirse muy cansadas y tener una tos y fiebre. Mucho descanso, beber mucha agua, y medicamentos para la fiebre pueden ayudarlos a sentirse mejor, aunque a veces esto no es suficiente. Si alguien se siente muy enfermo y el agua, el dormir y la medicina no ayudan, pueden ir al hospital para recibir atención adicional. Los médicos y enfermeras son expertos en hacer que las personas se sientan mejor. Esto es el mejor lugar para estar si alguien se siente muy enfermo.

### ¿Qué Sucede en el Hospital?

Tu papa o mama están en el hospital ahora mismo porque no se siente lo suficientemente bien como para estar en casa. Los doctores y las enfermeras cuidan a tu papa/mama regularmente durante el día y en la noche también. También le dan un medicamento más fuerte, que solo se encuentra en el hospital. Tu papa/mama está siendo cuidado, y el personal médico está haciendo todo lo que puede para ayudar a tu papa/mama a sentirse mejor.

## Cuando Los Síntomas Empeoran: Como Explicar Los Tubos de Oxígeno y El Ventilador

COVID-19 hace que los pulmones se sientan enfermos. Esto puede hacer que una persona tose y tenga más dificultad para respirar. A veces, el cuerpo es lo suficientemente fuerte para combatir el COVID-19 con la ayuda de reposo, líquidos y medicamentos. Otras veces, el cuerpo tiene más dificultad para luchar contra COVID-19 y necesitan ayuda extra.

**Tubos de oxígeno:** Un tubo de oxígeno es un tubo pequeño que descansa debajo de la nariz y ayuda a respirar. Este tubo se quita cuando tu papa/mama se sientan mejor.

**Ventilador:** Si la respiración se vuelve demasiado difícil, una máquina extra, llamada ventilador, se usa para ayudar. El ventilador hace todo el trabajo de los pulmones para que puedan tomar un descanso de trabajar tan duro. Mientras el ventilador ayuda a que los pulmones descansen, tu papa/mama también reciben medicamentos que ayudan a dormir para que todo su cuerpo también pueda descansar. Este descanso mantiene a tu padre/madre cómodo/a y le da a su cuerpo una mejor oportunidad de curarse.

### QUÉ PUEDES HACER SI UN PADRE/MADRE ESTÁ EN UN VENTILADOR:

- Mantener una comunicación abierta sobre las preguntas y inquietudes del niño/a.
- Identificar que la razón por la que no pueden hablar por teléfono es porque su padre/madre están recibiendo medicamentos para ayudar a su cuerpo a dormir.
- Validar que es muy difícil no poder hablar ni visitar a sus padres; pero explique que el distanciamiento social, la medicina, y el ventilador están en su lugar para ayudar su papa/mama a mejorar.
- Haga enfoque que el hospital es el lugar más seguro para que su padre/madre este ahora mismo.
- Asegure a los niños que su papa/mama no están solos; hay muchas enfermeras amigables y los médicos están chequeando a su papa/mama regularmente y cuidándolos bien.

- Anime a su hijo/a a escribir cartas o tarjetas a el padre hospitalizado. Pregunte si el niño/a le gusta leer las cartas y tarjetas en voz alta a su familia en casa.
- Anime al niño a hacer obras de arte para el padre/madre.
- Crea un frasco de preguntas y preocupaciones (instrucciones para la actividad están ubicadas en [www.wondersandworries.org](http://www.wondersandworries.org), en “Sugerencias y Actividades” en la sección “Para Padres”)

### SI EL PADRE ESTÁ MEJORANDO Y SE ESPERA QUE SE RETIRE EL VENTILADOR

- Ayude el niño/a a reconocer que una vez que el papa/mama se sientan mejor, el ventilador desaparecerá y el papa/mama podrá volver a hablar por teléfono.
- Explíquele que el papa/mama todavía puede sentirse somnoliento después de que se retire el ventilador y todavía necesitará mucho descanso. Es posible que se queden en el hospital durante varios días más hasta que se sientan lo suficientemente bien como para regresar a casa.

### SI EL PAPA/MAMA NO ESTA MEJORANDO

- Hágale saber al niño/a que los médicos están trabajando muy duro y haciendo todo lo posible para ayudar a su papa/mama a que se siente mejor. Los niños pueden necesitar escuchar esto varias veces.
- Está bien decir “No sé” a algunas de las preguntas del niño/a. Validar el no saber es difícil.
- Anime al niño/a a escribir cualquier pregunta o preocupación, a medida que surgen. Si usted no sabe la respuesta a una pregunta, diga “Eso es una buena pregunta. Me alegro de que me hagas saber lo que te estás preguntando. No se la respuesta, pero yo le preguntare al médico durante nuestra próxima llamada telefónica.”
- Mantener una comunicación abierta durante toda la hospitalización del papa/mama.