

Disminución del dolor y la ansiedad por la vacunación 3-8 años

Entendemos que las vacunas son estresantes para usted y su hijo. En Every Child Pediatrics, nuestro objetivo es reducir la ansiedad y hacer que el proceso sea lo más cómodo posible. Utilizamos diversas herramientas para garantizar la comodidad y la tranquilidad durante las citas de vacunación.

Entendiendo el qué y el porqué de cada vacuna

Hemos incluido información sobre cada vacuna que le corresponde a su hijo en su próxima consulta de control. Por favor, revise esta información y no dude en hacer preguntas para comprender completamente cada vacuna. Conocerla puede reducir la ansiedad y ayudarle a sentirse seguro.

Cómo manejar sus propios sentimientos para ayudar a su hijo a mantener la calma

Los niños perciben cómo se sienten sus padres. Si usted mantiene la calma, es más probable que su hijo también la mantenga. Aunque las vacunas pueden hacer llorar a su hijo, se calmará más rápido si usted permanece relajado.

El papel de los padres

Las palabras positivas y el ánimo de los padres también ayudan. Use palabras como "pinchar", "presionar", "apretar". Elogie a su hijo por su esfuerzo. Responda a sus preguntas con sinceridad. Ofrezcale opciones para que se sienta cómodo y en control. No queremos que su hijo piense que vacunarse es un castigo o una consecuencia.

Comodidad, agarres y medidas

Usted es el mayor consuelo de su hijo, y queremos que ambos estén lo más cómodos posible. Existen posturas específicas que puede usar para confortar a su hijo y permitir que el personal médico administre las vacunas de forma segura. A continuación, encontrará diagramas de las posturas de confort. Recibirá orientación sobre estas posturas en su consulta. Es posible que, por la seguridad de todos los involucrados, debamos modificar el plan. También contamos con algunas intervenciones que han demostrado ser eficaces. Su proveedor, asistente médico o profesional de la salud conductual puede compartir información si usted o su hijo están interesados.



Sentada de lado



Sentado en la Mesa
Espalda a Barriga



De barriga a barriga



De vuelta a la barriga

Medidas de confort 3-8 años



Bloqueador de tiros



Abeja zumbadora



Crema anestésica EMLA

Positividad de los padres

"Las vacunas son como inyecciones de superhéroe que ayudan a tu cuerpo a mantenerse fuerte y a no enfermarse."

"Está bien sentirse nervioso. Estaré aquí contigo."

"Las vacunas nos ayudan a mantenernos fuertes y a evitar enfermarnos."

"Yo también me vacuno y me ayudan a mantenerme sano".

"Es rapidísimo y, enseguida, todo está hecho".

"¡Fuiste muy valiente hoy! Estoy muy orgulloso de ti".



**Padres e hijos
estado mental**

Respira lentamente y mantén la calma.



Distracción

juguetes, libros, música, etc.

Edad	Vacuna	El porqué
4 años	DTaP (difteria, tétanos, tos ferina)	<ul style="list-style-type: none"> • DIFTERIA: puede provocar dificultad para respirar, insuficiencia cardíaca, parálisis o muerte. • TÉTANOS: causa rigidez muscular dolorosa. El tétanos puede provocar graves problemas de salud, como incapacidad para abrir la boca, dificultad para tragar y respirar, o incluso la muerte. • TOS FERINA: también conocida como "tos convulsiva", puede causar una tos violenta e incontrolable que dificulta respirar, comer o beber. La tos ferina puede ser extremadamente grave en bebés y niños pequeños, causando neumonía, convulsiones, daño cerebral o la muerte. En adolescentes y adultos, puede causar pérdida de peso, incontinencia urinaria, desmayos y fracturas costales por tos intensa.
	Varicela	También llamada varicela , causa una erupción cutánea con picazón que puede durar aproximadamente una semana. También puede causar fiebre, cansancio, pérdida de apetito y dolor de cabeza. Puede provocar infección cutánea, neumonía, inflamación de los vasos sanguíneos e hinchazón del cerebro o la médula espinal. Algunas personas que contraen varicela presentan una erupción cutánea dolorosa llamada herpes zóster años después.
	IPV (virus inactivo de la polio)	La polio es causada por un virus que afecta a bebés y niños pequeños con mayor frecuencia que a otros grupos de edad. La mayoría de los casos de polio son leves. La polio paralítica causa parálisis muscular, lo que deja a algunas personas con discapacidad física de por vida. No existe tratamiento para la polio.
	MMR (paperas, sarampión, rubéola)	<ul style="list-style-type: none"> • El sarampión causa fiebre, tos, goteo nasal y ojos rojos y llorosos, generalmente seguidos de una erupción cutánea que cubre todo el cuerpo. Puede provocar convulsiones, infecciones de oído, diarrea y neumonía. En raras ocasiones, el sarampión puede causar daño cerebral o la muerte. • Las paperas causan fiebre, dolor de cabeza, dolores musculares, cansancio, pérdida de apetito e inflamación y sensibilidad en las glándulas salivales debajo de las orejas. Puede causar sordera, inflamación del revestimiento del cerebro o la médula espinal, inflamación dolorosa de los testículos o los ovarios y, en muy raras ocasiones, la muerte. • La rubéola causa fiebre, dolor de garganta, sarpullido, dolor de cabeza e irritación ocular. Puede causar artritis en hasta la mitad de las mujeres adolescentes y adultas. Si una mujer contrae rubéola durante el embarazo, podría sufrir un aborto espontáneo o el bebé podría nacer con graves defectos congénitos.
Anual	COVID y la gripe	<ul style="list-style-type: none"> • Las vacunas contra la COVID y la influenza se administran anualmente durante el otoño y el invierno. • Tanto la COVID como la influenza son virus respiratorios que pueden causar graves dificultades respiratorias en los niños.