

¿Asustado de vacunas? ¡No hay problema!

A nadie le gustan las agujas. Pero puede asegurar que las citas de vacunas de su hijo sean más cómodas.

Cómo consolar a su hijo:



Antes

Guíe a su hijo a través de los eventos del día, incluyendo la visita médica y la vacuna. Haga un plan para **una actividad divertida** después de la cita, como ir a un parque o comprar un helado.

Recuerde a los niños mayores que las vacunas son **parte de mantener una vida saludable**, igual que usar cinturones de seguridad o cascos de bicicleta.

Durante

Mantenga la calma. Cuando usted está ansioso, su hijo también puede ponerse ansioso.

Abrace y sostenga a su hijo. Los niños pequeños se sienten reconfortados si los abraza o sostiene mientras reciben una inyección. Deje los niños mayores se sienten erguidos para tener control y ofrézcales un juguete u otro artículo familiar para abrazar.

Calme. Proporcione contacto piel con piel, dando pecho o chupetes para calmar a los niños pequeños. Beber agua azucarada puede ser una distracción bienvenida.

Respire. Asegúrese de que los niños mayores respiren profundamente antes, durante y después de las inyecciones.

Hable con su proveedor médico sobre usar un agente anestésico antes de la inyección, como una crema de lidocaína al 4%. Un bloqueador de inyecciones, que es una herramienta de plástico que bloquea el dolor de la inserción de la aguja, también puede ayudar.

Después

Inmediatamente después de la inyección, trate de **distráer a su hijo** con un juego, una caricatura, un animal de peluche o una canción.

Si su hijo se siente incómodo después de la vacunación o tiene fiebre, dele paracetamol (Tylenol) o ibuprofeno (Advil) para **reducir incomodidad**.

Si su hijo se siente incómodo durante más de 24 horas o si la fiebre alcanza una temperatura alta, **llame a su proveedor médico**.

Si el brazo o la pierna de su hijo están hinchados, calientes o enrojecidos, **aplique una toallita limpia, fresca y húmeda** para mayor comodidad. Si el enrojecimiento o la sensibilidad aumentan después de 24 horas, llame a su proveedor médico.



Learn more at:

www.boostoregon.org/comfort

