



¿CÓMO AYUDAR A TUS NIÑOS PEQUEÑOS A MANEJAR EL ESTRÉS POR RECIBIR VACUNAS?

¿Cuál es la mejor manera de ayudar a tus niños pequeños a manejar el estrés por recibir vacunas? Pues una nueva investigación publicada en la revista PAIN afirma que un estímulo adecuado y perfectamente sincronizado al momento del piquete de aguja marca la diferencia en lo que respecta a la vacunación.

Lo que descubrimos es que en el primer minuto después de la inyección, los padres decían más frases que promovían el afrontamiento, como 'Puedes hacer esto' y 'Pronto terminará' o trataron de distraerlos hablando de otra cosa, aumentando la angustia entre los niños. Esto realmente nos sorprendió», destacó Rebecca Pillai Riddell, profesora del Departamento de Psicología de la Universidad de York, en Toronto, y autora principal del estudio.

Sin embargo, descubrimos que durante el segundo minuto después de la vacuna, cuando el niño estaba más tranquilo, estas mismas frases de promoción del afrontamiento hicieron que se calmara más rápido», indicó la experta.

Por otro lado, los comentarios que promueven la angustia, como criticar al niño o asegurarle que todo está bien, no tuvieron relación con la angustia del menor en el minuto uno, pero en el minuto dos, dichos comentarios predijeron fuertemente una angustia mayor entre los niños», agregó Pillai Riddell.

El trabajo observó cómo cientos de padres manejaban a sus hijos en edad preescolar después de que los niños recibían alguna vacuna, y forma parte del estudio más grande del mundo que evalúa tanto a cuidadores como a niños durante la aplicación de vacunas desde el nacimiento hasta los 5 años, señalaron los investigadores.

Investigaciones anteriores han demostrado que la gran mayoría de los niños en edad preescolar se calman dos minutos después de la vacunación, sin embargo, alrededor del 25% de los niños no lo hizo. Queríamos determinar qué decían los padres antes o durante la cita de vacunación que pudiera conducir a que estos niños se sintieran angustiados durante y después de una vacuna», explicó Ilana Shiff, estudiante de maestría en el laboratorio de Pillai Riddell y primera autora del estudio.

Los resultados sugieren que durante el primer minuto después de que un niño es vacunado, los padres deben mantenerlo calmado mediante enfoques físicos como abrazar o tomar de la mano.

Después de ese primer minuto, los niños se benefician más de los comentarios o frases alentadoras de sus padres.

Este tipo de datos nunca antes se habían observado en niños en edad preescolar. Es importante comprender las reacciones posteriores a la aguja a esta edad porque la fobia a las agujas y las fobias en general comienzan a aparecer entre los 5 y los 10 años de edad, por lo que entender cómo se puede entrenar a los niños y cómo los padres pueden tener un papel realmente poderoso en la reducción del estrés posterior una vacuna es clave», subrayó Pillai Riddell.

Vía: ClickSalud