

Mi Experiencia en Texas Children's
Información sobre lo que debe saber antes de su toma de
muestra de sangre en Texas Children's



**Texas Children's
Hospital[®]**

Una Historia Social para Preparar a los Pacientes y Familias para las Citas

Antes de la Cita

- Hable con su niño sobre lo que sucederá durante la cita utilizando palabras e imágenes que él/ella pueda comprender.
- Evite enfocarse en las partes desagradables o dolorosas de la cita debido a que esto puede causar que todos se sientan más ansiosos.
- **Diseñe un Plan para la Toma de Muestra de Sangre.** Esto implica el tener en cuenta lo que traerá con usted a la cita para ayudar a que su niño se comunique y se sienta cómodo. Esto puede incluir una cobija, audífonos, lentes de sol, una tableta, un peluche u otros juguetes pequeños. Puede ser útil traer algunos premios para recompensar a su niño por ser valiente y por seguir las instrucciones durante su toma de muestra de sangre. Esto también puede implicar el analizar sobre lo que usted les quisiera comunicar al personal médico para ayudar a que la cita fluya lo mejor posible.
- **Manténerse hidratado.** Tomar agua antes de la cita hará que la toma de muestra de sangre sea más fácil de realizar. Hable con el médico de su niño para averiguar si puede tomar otros líquidos aparte del agua o si necesita estar en ayunas.
- **Traiga y utilice apoyos visuales.** Su niño se puede beneficiar de leer una historia social o de ver una lista de todos los pasos involucrados en una toma de muestra de sangre.
- **Solicite los servicios de los Especialistas de Vida Infantil.** Los especialistas de vida infantil están disponibles para ayudar a preparar a niños, adolescentes y adultos jóvenes para sus tratamientos médicos y procedimientos. Para solicitar un especialista de vida infantil por favor haga su solicitud cuando se registre para el laboratorio o por lo menos con 48 horas laborales de anticipación por teléfono o correo electrónico: 832-826-1650 o childlife@texaschildrens.org.

Durante la Cita

- Comparta sus sugerencias con el personal médico.
- **Manténgase tranquilo y reconfortante.** El poder controlar sus expresiones y emociones ayudará a que su niño haga lo mismo.
- **Sea honesto, pero use lenguaje suave.** Si su niño le pregunta, dígame que puede doler. Usted puede describir una aguja para la toma de muestra de sangre como un “pellizco fuerte”. Es mejor preparar a su niño en vez de decirle que no va doler cuando en verdad puede dolerle.
- **Utilice lenguaje simple y directo** para explicarle lo que está sucediendo.
- **Reconozca las emociones**, pero evite usar conversaciones largas y evite usar palabras tal como “asustado” o “preocupado”.
- Ayude a que su niño a que comprenda que el personal médico **está para ayudar.**
- Cuando sea posible, proporciónese a su niño opciones para elegir para ayudarlo a que se sienta más en control. Por ejemplo, deje a su niño que elija donde sentarse, el color del vendaje o una recompensa después de la cita.
- **Elogie** el comportamiento valiente de su niño y su habilidad de completar la cita.

Aviso para padres de familia/proveedores de cuidado:

Algunos niños y adolescentes se benefician de tener un guía escrita o basada en imágenes para que sea utilizada en situaciones nuevas o situaciones que no son parte de la rutina regular. Un historia social puede ser una herramienta útil para proporcionar una descripción general razonable sobre una situación o evento que esté por venir para que los niños y adolescentes puedan saber con anticipación de lo que se trata. Para algunas familias es útil leer el relato con sus niños pocos días antes de la cita. Para otras familias les puede ser más útil leer el relato en la mañana antes de la cita o en el camino hacia la cita.

Colaboradores: Rachel Fein, PhD, BCBA, Elizabeth Klinepeter, PhD, BCBA, Nikki Gambhir, MBChB, FAAP, Casey Jones, CCLS, Faheem Ali, MBA, MLS (ASCP)^{CM}, Pam Badeaux, MT (ASCP), MS, MBA, FACHE, Omar Crespo, Tammy Carson, Robert Soto, Savannah Sbeiti



Hoy voy a Texas Children's para una **revisión de mi sangre** para darme cuenta de lo que necesita mi cuerpo.

! Nos transportamos al hospital!



Me pueden dejar enfrente del hospital, alguien puede ayudar a mi familia a estacionar nuestro auto o nosotros mismos podemos estacionar nuestro auto.



Adentro del hospital vamos a **la recepción** para saber con seguridad dónde debemos ir.



Es posible que utilice el elevador para llegar al **tercer piso**.



El tercer piso puede estar bastante ocupado. Puede haber mucha gente caminando alrededor y puede haber mucho ruido. Es buena idea mantenerme **cerca de mi familia**.



Visito el **escritorio de recepción** cerca de los elevadores para notificar al personal de laboratorio que estoy presente y preparado para que me revisen mi sangre.



Después visito el escritorio del laboratorio. Este es un buen momento para informar al personal sobre lo que necesito para mi **Plan de Toma de Muestra de Sangre** (vea pagina 34).



Ahora debo esperar hasta que me llamen por mi nombre. La sala de espera puede estar ocupada y algo ruidosa. Debo mantenerme con mi familia.

Esperar puede ser bastante difícil. !Por ese motivo traje conmigo algunas de mis cosas favoritas!



¡Me llamaron por mi nombre! Ahora voy al cuarto a conocer a mi flebotomista (**fle-bo-to-mista**), también conocido como el Recolector. El Recolector es la persona que está capacitada para revisar mi sangre. Ellos son **muy amables** y muy buenos haciendo su trabajo.



Cuando me encuentre con el recolector, les debo de **recordar** sobre mi Plan de Toma de Muestra de Sangre y preguntarles sobre cualquier preguntas que tenga.

También puede haber otra persona en el cuarto, por ejemplo un **especialista de vida infantil**.



Mientras espero para la revisión de mi sangre, mi familia puede hablar o **jugar conmigo.**



Mi familia le informará al recolector sobre la **mejor posición** para la revisión de mi sangre. Me puedo sentar en la falda de mi familiar, puedo sentarme solo y tomar la mano de mi familiar o me pueden pedir que me acueste.



Mi familia ahora va a levantar mi manga hacia arriba. El Recolector va a colocar una **liga azul** alrededor de mi brazo. Se va a sentir apretado.

Este paso es **muy importante** porque le ayuda al Recolector ver mis venas muy bien.



El Recolector puede usar un **aparato interesante** llamado Accuvein para encontrar el mejor lugar en mi brazo para revisar mi sangre y ayudar a que el proceso sea lo mas rápido posible. El aparato Accuvein brillará como una linterna y puede tardar unos minutos.



Puedo pedir a “**Buzzy**”, el cual es un dispositivo que parece una catarina o abeja. “Buzzy” hace sonidos de zumbido y hace una sensación de vibración en el lugar donde revisan mi sangre, también conocido como el sitio de la toma de muestra sangre. !El sonido puede ser fuerte y me puede sorprender o se puede sentir raro y hacerme reír!



El Recolector **limpiará** mi piel con una toallita húmeda. Se sentirá frío y mojado y es posible que arda un poco.



Será muy importante que mantenga mi cuerpo y mi brazo **muy tranquilo**.

Puedo hacer otras cosas con mi mano libre tal como tomar la mano de mi familiar, sostener un juguete, jugar un juego o ver un programa.



El Recolector sostiene mi brazo y utiliza un **tubo pequeño** para guardar mi sangre.

El Recolector colocará una aguja pequeña en mi brazo y voy a sentir un **piquete pequeño** y observaré el tubo llenarse con un poco de mi sangre.

Si no quiero ver el tubo puedo voltear al otro lado o **cerrar mis ojos**.

Mis otras opciones:

Puedo tomar respiraciones profundas.

Puedo cantar canciones.

Puedo platicar con mis padres.

Puedo jugar con un juego.

Puedo ver un video.





El Recolector después envolverá mi brazo con una **venda de color**. !Me toca a mi escoger el color! Puede ser que se sienta un poco apretado una vez que la venda esté en mi brazo.

!Me **quede** con mi familia!

!Sostuve mi brazo extendido y fui muy **valiente**!

!**Escogí** el color de la venda de mi brazo!

!Todos están muy **orgullosos** de mi!

!Me toca escoger una **sticker**!



!Es tiempo de **irnos!**



!Me **despido** de todos!

¡Por favor llene una breve encuesta para que nos informe sobre su experiencia con esta historia social!



O visita <https://redcap.link/HistoriasSocialesTCH>

Una vez que finalice la encuesta, siga haciendo clic para obtener recursos adicionales

Herramientas para ayudar a su niño a prepararse para la toma de muestra de sangre.

MODIFICACIONES DE LA POSTURA PARA PROVEER COMODIDAD

Nuestra Filosofía – Permitir que los niños estén **SENTADOS** cuando sea posible. Es menos amenazante que forzar a los niños a acostarse. Por lo tanto al estar sentado el nivel de ansiedad del niño disminuye en tanto que aumenta su disposición para cooperar. Las técnicas de modificación de postura facilitan que los proveedores de salud le proporcionen a los niños un ambiente cómodo y seguro.

PUNTOS A CONSIDERAR

- **TAMAÑO** de los niños y del proveedor de salud para permitir máximo contacto y comodidad.
- **INMOVILIZACION** del tronco y las extremidades en una manera cómoda y no amenazante.
- **ACCESO** al lugar del procedimiento.
- **PERSPECTIVA INFANTIL**
 - Uso de palabras menos amenazantes (piquete en lugar de inyectar/ aguja, abrazar en lugar de agarrar)
 - Facilitar que los niños manejen la situación de una manera más positiva permitiéndole mirar, dejar de mirar, o entreteniéndolos en otras actividades (contar, cantar, respirar o usando juguetes).
- **AMBIENTE** – Colocar los muebles para asegurar inmovilización.



Las técnicas de modificación de la postura mencionadas han sido evaluadas y utilizadas de manera exitosa por los profesionales de la salud del Texas Children's Hospital. La seguridad del paciente, de las personas que están a su cuidado y de los profesionales de la salud es nuestra principal preocupación. Es muy importante el uso del juicio clínico al elegir cuál es la posición apropiada.

Apoyo Visual: Horario Visual

Su niño puede ya estar familiarizado con el uso de un horario visual en la escuela o incluso en casa. Un horario visual puede ayudar a los niños a prepararse para situaciones nuevas o desconocidas, tal como la toma de muestra de sangre. Los horarios visuales pueden ser una lista de comprobación o tal vez una secuencia de imágenes como el debajo.



Apoyo Visual: “Primero-Entonces”

Primero

Entonces



Una tabla/gráfica de “Primero-Entonces” proporciona algo visual para su niño detallando que después de que participe en una tarea no preferida, por ejemplo, la toma de muestra de sangre, que después va poder hacer una tarea preferida, por ejemplo jugar con carritos. Durante la toma de muestra de sangre, una tabla/gráfica de “Primero-Entonces” puede ayudar a motivar a su niño a participar en una actividad que no es agradable debido a que queda claro que una actividad preferida sucederá después de que termine.

Técnicas de Distracción/Relajación

- Cuando los niños piensan sobre ir a ver al doctor, se pueden preocupar sobre la cita. Usted puede ayudar a su niño enseñándole simples técnicas de relajación. La distracción puede ayudar a darle a la mente de su niño un descanso de eventos, pensamientos o emociones estresantes. La distracción pone la atención en pensamientos o actividades positivas.
- Técnicas incluyen:
 - **Respiración profunda:** Enséñele a su niño a tomar respiraciones profundas, a sostener el aliento por unos segundos y luego soltarlo. Para los niños pequeños el uso de un molinillo o burbujas para practicar puede ayudarlos a enfocarse en sus respiraciones y a distraerse de su estrés.
 - **Tensión/relajación muscular:** Pídale a su niño que se relaje por medio del enfoque en diferentes músculos del cuerpo y apretar y relajar un músculo a la vez.
 - **Visualización:** Anime a su niño imaginar algo agradable y visualizar la escena con los ojos cerrados. Recomiéndele que piense en olores, sonidos y sensaciones/tacto sobre lo que esta imaginando. La utilización de imágenes u objetos para recordarle a su niño de los lugares o actividades favoritas le puede ayudar a que esta estrategia tenga más éxito.
 - **Juguetes/actividades/libros favoritos:** Involucre a su niño en actividades de distracción antes que el procedimiento comience y si es posible, hágalo antes de que su niño se descontente. Use un juguete favorito, un tema de conversación interesante o un juego que no requiera movimiento.

Prácticas para ayudar a prepararse para la cita

- Practicar procedimientos médicos en lugares conocidos tal como en la casa o en la escuela les ayuda a los niños a comprender de lo que se trata el procedimiento con anticipación y fomenta la cooperación.
- Se les anima a las familias a que utilicen un animal de peluche o muñeco como simulación para pretender que realizan una toma de muestra de sangre. Las familias deben de permitirle al niño escoger un objeto de confort, una técnica de distracción o un juego para practicar con el animal de peluche o con el muñeco.
- Una vez que la familia haya terminado con la simulación y hayan pretendido realizar una toma de muestra de sangre, el niño puede escoger una recompensa tal como un sticker o una actividad especial que pueden hacer después de que la toma de muestra de sangre se haya terminado.

Plan de mi toma de muestra de sangre

Piensa en todo lo que vas a necesitar para ayudarte a tener una toma de muestra de sangre exitosa. Haz un plan con anticipación.

<p>Para ayudarme a prepararme para la cita, yo voy a:</p> <hr/>	<p>Para ayudarme a comunicarme durante la cita, yo voy a:</p> <hr/>
<p>Para ayudarme a sentirme cómodo durante la cita, yo voy a traer mí:</p> <hr/>	<p>Antes de la toma de muestra de sangre, le voy a decir al Recolector:</p> <hr/>
<p>Durante la toma de muestra de sangre, yo puedo:</p> <hr/>	<p>Cuando la toma de muestra de sangre se haya terminado, yo puedo:</p> <hr/>