



GUÍA DEL PROGRAMA HEALTH-FRIENDLY

INTERVENCIÓN PARA LA DISMINUCIÓN DEL MIEDO AL ENTORNO SANITARIO EN NIÑOS Y NIÑAS DE EDAD ESCOLAR

Autoras:

Paula Escalada-Hernández, Marta Ferraz-Torres, Leticia San Martín-Rodríguez,
Amaia Saralegui-Gainza y Nelia Soto-Ruiz

Guía desarrollada dentro del **Proyecto Health-Friendly** financiado por el Departamento de Educación del Gobierno de Navarra.

<http://www.healthfriendly.es/>

GUÍA DEL PROGRAMA HEALTH-FRIENDLY. INTERVENCIÓN PARA LA DISMINUCIÓN DEL MIEDO AL ENTORNO SANITARIO EN NIÑOS Y NIÑAS DE EDAD ESCOLAR.

Texto y fotografías © Los autores 2021

Primera edición 2021

ISBN: 978-84-09-32134-6

Este trabajo está publicado bajo la licencia Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>). This license allows to share, copy and redistribute the material for non-commercial purposes and give credit to the original authors and the source, providing a link to the Creative Commons license.

License: CC BY-NC-ND 4.0



Cita sugerida: Escalada-Hernández, P., Ferraz-Torres, M., San Martín-Rodríguez, L., Saralegui-Gainza, A. & Soto-Ruiz, N. (2021). Guía del Programa Health-Friendly. Intervención para la disminución del miedo al entorno sanitario en niños y niñas de edad escolar. Available at <https://hdl.handle.net/2454/40065>. Licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0).

ÍNDICE

El programa “Health-Friendly”	1
Objetivo.....	1
Evaluación.....	1
Intervención del Programa Health-Friendly.....	2
Guión de las 3 estaciones.....	3
Estación 1: Recreación de una consulta de enfermería en un centro de salud	3
Estación 2: Recreación de una unidad de hospitalización.....	6
Estación 3: “ <i>Discovery room</i> ”	10
Referencias	13

El programa “Health-Friendly”

Objetivo

El programa Health-Friendly tiene como objetivo reducir el miedo al entorno sanitario de los niños y niñas entre 5 y 9 años. Es un programa de inmersión basado en una intervención en la que los niños y niñas, a través de un entorno sanitario simulado, toman contacto con distintos escenarios, como una consulta de enfermería o una habitación de hospitalización quirúrgica.

En el proyecto de diseño y evaluación del programa Health-Friendly participaron niños y niñas de distintos colegios de Navarra. La intervención se llevó a cabo en el Espacio de Habilidades Clínicas y Simulación de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Pública de Navarra (UPNA).

Evaluación

Para evaluar los efectos del Programa Health-Friendly se sugiere usar la escala “Child Medical Fear Scale” (Broome et al., 1994; Broome & Mobley, 2003) en su versión traducida al castellano (San Martín-Rodríguez et al., 2021).

Esta escala mide el miedo al entorno sanitario en población infantil. Consta de 13 ítems que describen distintas situaciones ante las que el niño o la niña tiene que responder mediante una escala de tres puntos (0= nada de miedo, 1 = un poco de miedo y 2= mucho miedo).

En el caso de niños menores de 6 años se recomienda que el evaluador les lea los ítems para que ellos puedan responder. De igual forma, debido a la dificultad de cuantificar fenómenos abstractos (Piaget & Inhelder, 1969), se recomienda utilizar dibujos de caritas (sonriendo, con gesto neutro y con gesto de miedo), para que se hagan más concretos los conceptos de “nada”, “un poco” o “mucho”.

Intervención del Programa Health-Friendly

La intervención consiste en explicar distintos contextos sanitarios a los niños y que puedan integrarse en ellos, experimentar y manipular el material y realizar preguntas. Para ello, se han planificado 3 estaciones.

La intervención fue diseñada para su desarrollo en el Espacio de Habilidades Clínicas y Simulación de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la UPNA. Este espacio se usa para la formación de los estudiantes de Ciencias de la Salud y en él se pueden encontrar distintas estancias que reproducen, con un alto nivel de realismo, distintos escenarios del ámbito sanitario como son habitaciones de hospital o consultas.

La dinámica de la intervención propuesta permite la participación de una clase de 24-26 niños y niñas. Accederán a cada una de las 3 estaciones en grupos de 8-9, permaneciendo en ellas entre 15-20 minutos. Cada grupo irá rotando por las estaciones.

Para su desarrollo se precisa entre 5 instructores, uno de ellos será quién controle el tiempo y la circulación de los niños y niñas por las distintas estaciones, tres serán los animadores en cada una de ellas y uno simulará ser un paciente. En el proyecto original estos instructores fueron miembros del equipo investigador y estudiantes.

Los niños y niñas son recibidos con un gran cartel a la entrada del Espacio de Habilidades Clínicas y Simulación en el que se anuncia el colegio que ese día participa en la intervención.



Para hacer más eficiente el desplazamiento de los colegios hasta la universidad, se propusieron actividades de “espera” con el objetivo de que pudieran acudir 2 clases a la

vez, de tal manera que mientras una de ellas participa en la intervención, la otra clase acudirá a los talleres de espera.

En los talleres de espera, que no forman parte del proyecto en si mismo, se llevaron a cabo distintas actividades, como formación en reanimación cardiopulmonar o dibujos relacionados con la salud. Estos talleres fueron animados por 2 personas.

Guión de las 3 estaciones

Estación I: Recreación de una consulta de enfermería en un centro de salud



Espacio físico

Se recrea una consulta colocando un escritorio con dos sillas, una camilla sobre la que se colocará un maniquí de simulación de un paciente pediátrico y un peso con tallímetro.

Material

El material que se mostrará a los niños y niñas y podrán manipular incluirá: jeringas, viales, algodón, antiséptico, fonendoscopio, otoscopio, martillo de reflejos, tensiómetro arterial, depresores, linterna y termómetro.

Dinámica

Presentación del caso

Animador: Hola, buenos días, bienvenidos a la consulta del centro de salud (o centro de atención primaria) de la Universidad. Mi nombre es XXXX y soy la enfermera.

Guion

Animador: ¿Quién ha estado alguna vez en la consulta del centro de salud? A ver, ¿a quién le gusta ir a la consulta del centro de salud y a quién no le gusta?

[Se escuchan las respuestas de los participantes]

Animador: Y ¿cuándo vais a las consultas del centro de salud?

[Responderán motivos variados (tos, mocos, dolor de oído). De ahí, destacar la importancia de ir a la consulta cuando nos pasa algo, para que nos curen.]

Animador: También se puede ir a la consulta cuando no estáis enfermos para haceros las revisiones de salud. Pues es muy importante ir a las revisiones que nos hacen en la consulta... ¿sabéis por qué? Porque así vamos viendo cómo vais creciendo y cómo os hacéis mayores.

Animador: Mirad, aquí tenemos a Marcos, que tiene 5 años (o 9 años) y ha venido a la revisión de los 6 (u 8 años).

Animador: En la revisión, ya hemos dicho que hay que ver cómo vais creciendo, por lo que en la consulta os van a medir a pesar.

[Se les invitará a pesarse y medirse.]

Animador: Luego os sentarán en la camilla, como a Marcos, para continuar con la exploración de vuestro cuerpo. Comenzaremos por la cabeza y miraremos los ojos, la boca y los oídos.

[Se enseña el material que se va a utilizar y se simulará con ellos la exploración de la boca con linterna y depresor, de oídos con otoscopio y los ojos explorando el movimiento ocular siguiendo la luz. Durante la simulación de la exploración de la boca se reforzará la idea de que no hace daño, que son solo unos segundos y que es muy importante abrir mucho la boca y sacar la lengua].

Animador: También os escucharán el corazón con este aparato, ¿que se llama? [enseñar el fonendoscopio] y os escucharán cómo respiráis [Simular la auscultación con el maniquí en la camilla].

Animador: También os medirán la presión arterial, para comprobar qué tal circula la sangre por el cuerpo.

[Enseñar tensiómetro digital y su funcionamiento con el maniquí].

Animador: Os revisarán las piernas y utilizarán esto, ¿qué es? [enseñar el martillo y luego se simular la exploración del reflejo rotuliano con algún niño].

Animador: Y por último en algunas de las revisiones, también os pondrán una vacuna (trabajar aquí la importancia de vacunarse). ¿Alguien tiene miedo a las vacunas? [Escuchar respuestas].

Animador: ¿Alguien sabe algún truco para que no nos duela cuando nos pinchan?

[Escuchar respuestas y ofrecer “trucos” como respirar profundo, cerrar fuerte los ojos, agarrar fuerte la mano de alguien, cerrar los ojos y pensar que estamos en nuestro lugar favorito, o pensamos en algo que nos gusta mucho, por ejemplo: qué dibujos animados les gustan: “pues lo que tenéis que hacer es cuando os vayan a pinchar, cerrar los ojos y pensar en La Patrulla Canina, Lady Bug, etc.” ... en función de las respuestas.]

Animador: Bueno, ahora que Marcos ya conoce todos los trucos, le vamos a poner la vacuna.

[Simular la administración de la vacuna con el maniquí].

Animador: Marcos se ha portado muy bien, pero ¿y qué pasa si lloramos?

[escuchar respuestas y explicar que es normal llorar, pero que, si usamos los trucos, seguro que ya no lloramos]

Animador: Y para finalizar la revisión, seguro que os pregunta qué tal coméis, si os gusta todo, qué tal con las chuches, cuánta fruta.

[Y con estas preguntas destacar la importancia de fruta, verdura y pocas chuches.]

Y si da tiempo, un breve inciso respecto a la importancia de la higiene de manos.

Animador: [Para finalizar el escenario] ¿os ha gustado la consulta? ¿quién va a tener miedo cuando vaya a la consulta del pediatra o de la enfermera? ¿quién tiene miedo a las vacunas? ¿Y a que le miren la garganta?

Animador: Lo habéis hecho fenomenal, ahora vamos a pasar a otro sitio/ vamos a terminar la visita.

Estación 2: Recreación de una unidad de hospitalización



Espacio físico

Se recrea una habitación de hospitalización colocando una cama de hospital y otro mobiliario complementario. En la cama habrá un ACTOR que simule un paciente que ha tenido una intervención quirúrgica el día anterior. El paciente llevará camión de hospital y una vía venosa con suero y a su lado estará el instructor, que desarrollará el rol de enfermera que atiende al paciente, como dinamizador y vínculo de paciente.

Material

Tubos de analítica, gradilla, compresor y otro material para extracción de sangre. Se prepararán varios pulsioxímetros que los niños y niñas tendrán oportunidad de usar para medir su saturación de oxígeno.

Además, se colocará también un modelo anatómico de órganos abdominales (niños de 9-7 años) o un esqueleto (niños de 6-5 años).

Dinámica

Presentación del caso

Animador: Hola, buenos días, bienvenidos al hospital universitario. Mi nombre es XXXX y soy la enfermera de Miguel (o María). Aquí tenemos a Miguel (o María) (ACTOR/ACTRIZ), que está ingresado en el hospital.

Guion

Animador: Hola Miguel (María). Mira, hoy te vienen a visitar unos niños del colegio XXXXX.

Miguel (María): ¡Hola!

Animador: Miguel (María), cuéntales a estos niños qué te ha pasado para estar aquí ingresado.

*Para niños de 7-9 años: **Miguel (María):** Me han tenido que operar del apéndice, que lo tenía inflamado y me lo han tenido que quitar.

[Nos acercamos a la cama para que Miguel (María) nos enseñe el apósito y preguntamos a Miguel/María qué ha sentido y cómo se ha dado cuenta que estaba malito.]

Miguel (María): comencé con dolor y me encontraba mal, sin ganas de jugar y le dije a mis padres que estaba malito y donde me dolía y me vinimos al hospital.

[Centramos a los niños en el modelo anatómico de los órganos del abdomen y vamos preguntando órganos y localizamos el apéndice, explicamos dónde está y decimos que a veces hay que quitarlo porque se inflama.]

* Para niños de 5-6 años: **Miguel (María):** Me han tenido que operar de la pierna, porque me he caído y me he roto un hueso.

[Nos acercamos a la cama para que Miguel (María) nos enseñe la venda de la pierna y que nos cuente qué le ha pasado.]

Miguel (María): Estaba corriendo en el patio del cole y me tropecé con la portería, me caí muy fuerte y me quedé tumbado en el suelo porque me dolía mucho la pierna.

[Centramos a los niños en el esqueleto y preguntamos nombres de huesos grandes y localizamos los huesos de la pierna (tibia y peroné). Subrayamos lo duros que son los huesos.]

Animador [dirigiéndose a los niños]: ¿A alguien le han operado alguna vez? ¿De qué? ¿y has tenido que estar ingresado en el hospital como Miguel? ¿y quién estaba contigo?

[Se escuchan las respuestas de los participantes]

Animador [dirigiéndose a los niños, subraya la compañía de los padres o familia cuando uno está ingresado]: Cuando uno está ingresado como Miguel (María) le acompaña su madre o su padre o algún familiar. La mamá o papá de Miguel (María) ha bajado a la cafetería para desayunar, aprovechando que veníais vosotros de visita.

Animador: Miguel (María), ¿cuántos días llevas ingresado?

Miguel (María): Me ingresaron ayer, me operaron y hoy por la tarde me iré ya a casa.

Animador (dirigiéndose a los niños): ¿Sabéis cuantos días están ingresadas las personas en el hospital? [escuchar respuestas]. Depende del motivo el ingreso: hay veces que nos tenemos que quedar más días y otras veces menos días, pero siempre volvemos a nuestra casa. Miguel esta misma tarde volverá a casa con sus padres y su hermana.

Animador: Cuando estamos ingresados nos tienen que hacer algunas cosas, pero la mayoría de ellas no duelen. Mirad, Miguel (María) tiene este tubito que le llega hasta la vena [explicar aquí el suero y la medicación intravenosa]. Además, le vamos a medir la cantidad de oxígeno que tiene Miguel (María) en la sangre.

[Aquí pedimos a los niños que voluntariamente coloquen el pulsioxímetro a Miguel (María) y a otros compañeros.]

Animador: ahora toca sacarle un poco de sangre a Miguel para que la analicen y vean si está bien.

[Aprovechamos aquí para que Miguel (María) pregunte: ¿qué me vas a hacer? y expliquemos la importancia de preguntar si no sabemos lo que nos van a hacer]

[Se puede simular la realización del procedimiento con un modelo anatómico (brazo de plástico especial para simular extracciones de sangre)].

Animador: Explicamos que al estar en el hospital y tras la operación (donde le han puesto el suero y la vía) hay que revisar que todo va bien y que está todo mejor para poder mandarle a casa a que descansa unos días y vuelva a estar con sus amigos.

Para ello uno de los cuidados que hacemos las enfermeras es sacar sangre y ver si todo está bien (realizamos simulación de pinchazo explicando el momento de colocar el compresor= aprieta (que nos diga Miguel que le aprieta un poco) y la desinfección de la zona a pinchar=está frío (si).

Explicamos que después es importante apretar durante 1 o 2 minutos la zona de punción para evitar que sangre y le salga hematoma y dejamos una tirita de campeón puesta.

[Dejar que toquen y vean de cerca las gradillas o tubos de analíticas y el compresor y que se lo pongan para ver quien quiera.]

[Si hay tiempo se presenta la auscultación con los fonendoscopios y el pulsioxímetro, como otros de los elementos usados para los cuidados.]

Animador: Explica que al poner el fonendoscopio en el pecho sabemos si el corazón está latiendo bien y si está fuerte. Pregunta a los niños/as: ¿queréis escucharlo?

Dejar que se auscultan unos a otros.

Animador: A veces es necesario que para saber la cantidad de oxígeno que tenemos dentro del cuerpo nos pongan este aparato en el dedo. Es una cosa en el dedo parecida a una pinza [enseñar pulsioxímetro]. Se pregunta a los niños/as: ¿sabéis qué es? ¿os lo han puesto alguna vez? ¿queréis ponerla vosotros?

Repartir y poner unos a otros. Dejar tiempo para que se pongan los pulsioxímetros mientras se pregunta: ¿hace daño? ¿qué números tenéis?

Se concluye animando a los niños/as: Muy bien, os lo habéis puesto muy bien. ¡¡Parecéis enfermeras y enfermeros de verdad!!

Estación 3: “Discovery room”



Espacio físico

No se recreará ninguna estancia en concreto, sino que se realizará en una habitación con una pantalla para proyectar.

En esta estación se planteará un diálogo con los niños para ir abordando diferentes ideas, se reproducirán algunos vídeos, y finalmente practicarán la cura de heridas.

Se proyectará una presentación que guiará del escenario (<https://view.genial.ly/5dc9b8cf03986d0f3832d805>). Además, habrá un maniquí de cuerpo entero con heridas simuladas.

Material

Se preparará el material para la cura de heridas: suero fisiológico, antiséptico, gasas y apósitos; también gel hidroalcohólico para la higiene de manos.

Dinámica

Presentación del caso

Animador: Hola, ¡bienvenidos! Mi nombre es XXX. En esta sala, llamada “Discovery room” vamos a aprender algunas cosas nuevas....

Guion

Animador: ¿Quién se ha puesto alguna vez enfermo?

¿Y qué os pasaba? ¿Cómo os encontrabais?

[Escuchamos las respuestas]

Animador: ¿Fuisteis al médico? ¿Qué os hizo el médico? ¿os dio miedo?

[Escuchamos las respuestas]

Animador: ¿Y al cole? ¿Y qué os pareció tener que quedaros en casa sin cole y sin poder salir a jugar? ¿cuántos días? Si son pocos días no pasa nada, ¿verdad?

[Escuchamos las respuestas]

Animado: Ahora vamos a ver un vídeo cortito y luego hablaremos sobre él.

[*Con niños de 5-6 años: se proyecta: Teo cuando se pone enfermo (hasta 03:09 min)

https://www.youtube.com/watch?v=3JgtH__lgIA]

Animador: ¿Qué le pasaba a Teo? ¿Y que ha tenido que hacer? [Reforzar quedarse en casa hasta ponerse bueno y la importancia de tomar la medicación que nos mande el médico].

[*Con niños de 7-9 años proyectar Bob Esponja: <https://www.youtube.com/watch?v=-fv0XoQhvHQ>]

Animador: ¿Qué ha pasado con Bob Esponja? ¿Qué ha tenido que hacer? ¿por qué? ¿por qué se ha tenido que ir a casa?

Se refuerzan las siguientes ideas:

- Cuando se está enfermo hay que ir al médico, y seguir sus consejos.
- Seguir consejos: descansar, tomar la medicación...
- A veces hay que quedarse en casa, para descansar, y también para evitar contagiar a los demás y que se pongan enfermos.
- Y si se falta al cole: no pasa nada, porque normalmente es cuestión de pocos días.

[Otras opciones de vídeos para proyectar: <https://youtu.be/twbXc4wtRP8>,
<https://youtu.be/0bASkZqNdbg>, <http://www.nickelodeon.es/programas/bob-esponja/videos/bob-esponja-sfc-reconocimiento-medico/2cdi5w>]

Animador: Ahora vamos a ver otro vídeo:

[Se proyecta: <https://www.youtube.com/watch?v=ccQcLfIUICY>]

Animador: ¿Qué le ha pasado a la señorita Elena? ¿os ha pasado alguna vez esto? ¿y qué habéis hecho? ¿habéis avisado a algún adulto? ¿os han curado? ¿habéis tenido alguna vez una herida que os ha sangrado? ¿os ha dado miedo? ¿qué habéis pensado?

Se refuerzan las siguientes ideas:

- Cuando uno se hace daño hay que avisar a un adulto y contar bien lo que ha pasado.
- Dejarse curar, para que la herida no se infecte y se pueda curar rápido.

Animador: Para terminar, vamos a aprender a curar una herida. Lo primero de todo es lavarse las manos.

[Utilizar para ello gel hidroalcohólico. Explicar brevemente como hacerlo. La importancia de hacerlo (para evitar traspaso de gérmenes, contagios y sobre todo antes de comer o curar una herida). Repartir gel a todos los que quieran lavarse las manos].

Animador: Para curar la herida, seguiremos 3 pasos: lavar, desinfectar y tapar.

Animador: Y todos vamos a curar la herida de nuestro amigo Lucas que ha tenido un accidente con la bicicleta [maniquí en una camilla, con heridas en las piernas].

Para curarle vamos a usar: gasas limpias, suero o agua para lavar y desinfectante y una tirita.

[Los niños que lo deseen rodean al maniquí y van haciendo los pasos de la cura todos juntos].

Animador: Hemos terminado, ¡espero que os haya gustado mucho!

Al finalizar la intervención se puede entregar a los niños algún obsequio, como una medalla o una pegatina que simbolice su valentía.

Referencias

Broome, M., Bates, T. A., Lillis, P. P., & McGahee, T. W. (1994). Children's medical fears, coping behaviour patterns and pain perceptions during a lumbar puncture. *European Journal of Cancer Care*, 3(1), 31–38. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2354.1994.tb00007.x>

Broome, M., & Mobley, T. (2003). The child medical fears scale. In O. L. Strickland & C. Dilorio (Eds.), *Measurement of Nursing Outcomes. Volumen 2: Client Outcomes and Quality Care* (2nd ed., pp. 196–205). Springer Publishing Company.

San Martín-Rodríguez, L., Soto-Ruiz, M. N., Ferraz-Torres, M., Saralegui-Gainza, A., & Escalada-Hernández, P. (2021). *Psychometric properties of the Spanish version of the Child Medical Fear Scale*. [Manuscrito presentado para su publicación] Departamento de Ciencias de la Salud, Universidad Pública de Navarra (UPNA).