



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 [*Health-Friendly Programme guide. Intervention to reduce medical fear among school-age children*]. 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
ENGLISH TRANSLATION	14
The “Health-Friendly” programme.....	14
Aim	14
Evaluation	14
Health-Friendly Programme Intervention.	15
Script for the 3 stations	16
Station 1: Recreation of nurse consultation at a primary healthcare centre	16
Station 2: Recreation of a hospitalisation unit.....	19
Station 3: “ <i>Discovery room</i> ”	23
Referencias	26

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., 2022).

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.

ENGLISH TRANSLATION

The “Health-Friendly” programme

Aim

The Health-Friendly programme aims to reduce medical fear among children aged between 5 and 9 years old. It is an immersion programme based on an intervention in which the children enter a simulated healthcare environment and come into contact with various scenarios, such as a nurse consultation or a hospital room before surgery.

Children from a range of schools in Navarre took part in the project to design and evaluate the Health-Friendly programme. The intervention took place in the Clinical Skills and Simulation Centre of the Faculty of Health Sciences at the Public University of Navarre (UPNA).

Evaluation

To evaluate the effects of the Health-Friendly Programme, using the “Child Medical Fear Scale” (Broome et al., 1994; Broome & Mobley, 2003) is suggested. This scale is also available in Spanish (San Martín-Rodríguez et al., 2022).

This scale measures medical fear among the child population. It comprises 13 items that describe different situations that a child might have to face using a three-point scale (0 = no fear, 1 = some fear and 2 = very frightened).

In the case of children aged under 6 years old, it is recommended that the evaluator reads the items to them so they can answer. In the same way, due to the difficulty of quantifying abstract phenomenon (Piaget & Inhelder, 1969), it is recommended to use a visual face scale, with drawings of faces (smiling, neutral and looking afraid), so that the concepts of “no fear”, “some fear” and “very frightened” are more specific.

Health-Friendly Programme Intervention.

The intervention consists of explaining different healthcare contexts to children so that they can take part in them, experiment and handle the material and ask questions. Three stations were devised for this.

The intervention was designed to take place in the Clinical Skills and Simulation Centre of the Faculty of Health Sciences at the Public University of Navarra (UPNA). This space is used to train Health Sciences students and comprises various rooms that realistically reproduce various healthcare scenarios such as hospital rooms or examination rooms.

The dynamic of the proposed intervention allows a class of 24-26 children to take part. They will access each of the 3 stations in groups of 8 or 9, staying at each one for 15-20 minutes. Each group will rotate around the stations.

Running the intervention required 5 instructors, one of them to control the time and the children moving around the various stations, three to run the stations and one to simulate being a patient. In the original project, these instructors were members of the research team and students.

The children are welcomed with a large poster at the entrance to the Clinical Skills and Simulation Space which announces the name of the school taking part in the intervention that day.



To make the school trip to the university more efficient, “waiting” activities were proposed so that 2 classes can visit at one time. Consequently, while one class is taking part in the intervention, the other class will attend the waiting workshop.

Various activities take place in the waiting workshops, not part of the project itself, such as CPR training or colouring on a health theme. These workshops were run by 2 people.

Script for the 3 stations

Station I: Recreation of nurse consultation at a primary healthcare centre



Physical space

A consulting room is recreated by arranging a desk with two chairs, a gurney with a simulation mannequin of a paediatric patient and scales with a height rod.

Material

The material that will be demonstrated to the children, and that they can handle, will include syringes, vials, cotton wool, antiseptic, stethoscope, otoscope, reflex hammer, blood pressure monitor, tongue depressors, torch and thermometer.

Dynamics

Presentation of the case

Presenter: Good morning. Welcome to the University health centre (or primary care centre). My name is XXXX and I am a nurse.

Script

Presenter: Has anyone here ever been in a doctor's examining room in their health centre? Let's see, who likes going to the doctor's and who doesn't?

[Listen to the answers from the participants]

Presenter: And when do you go to the health centre?

[They will give several reasons (coughs, colds, earache). From there, highlight the importance of going to the doctor's when we are ill, so they can help us get better.]

Presenter: You might also go to the health centre when you're not ill to have a check-up. It's really important to go to your check-ups at the health centre. Do you know why? It's so we can see how you are growing as you get older.

Presenter: Look, this is Marcos, he's 5 (or 9) years old and he's come for his 6 (or 8) year check-up.

Presenter: We've already said that we need to see how you are growing at the check-up, so they are going to measure and weigh you in the examining room.

[Encourage them to weigh and measure themselves.]

Presenter: Then, they will sit you down on the bed, like Marcos here, to look at other parts of your body. We'll start with the head, and we'll look at your eyes, mouth and ears.

[Show them the material that you're going to use and simulate with them examining their mouth with a torch and tongue depressor, ears with the otoscope and eyes examining ocular movement by following the light. During the mouth examination simulation, reinforce the idea that it does not hurt, it only takes a few seconds and it is important to open your mouth really wide and stick out your tongue].

Presenter: They'll also listen to your heart with this device, what's it called? [Show the stethoscope] and they'll listen to how you breathe [Simulate auscultation with the mannequin on the bed].

Presenter: They will also take your blood pressure, to check how the blood is flowing round your body.

[Show digital blood pressure monitor and how it works with the mannequin].

Presenter: They'll look at your legs and they'll use this. What is it? [Show the reflex hammer and then simulate the examination of the kneecap reflex with one of the children].

Presenter: Finally, in some of the check-ups, they will also give you a vaccine (work on the importance of getting vaccinated here). Is anyone scared of getting a jab? [Listen to the answers].

Presenter: Does anyone know a trick to stop it hurting when you get a jab?

[Listen to the answers and offer “tricks” such as deep breathing, closing your eyes tightly, holding someone’s hand tightly, closing your eyes and imagining we are in our favourite place, or we think about something that we like a lot, such as our favourite cartoons: “So what you have to do when they are going to give you a jab is close your eyes and think about Paw Patrol, Lady Bug, etc.” depending on their answers.]

Presenter: So, now that Marcos knows all the tricks, we’re going to give him a vaccine.

[Simulate administering the vaccine with the mannequin].

Presenter: Marcos has been a really good boy, but what happens if we cry?

[Listen to the answers and explain that it’s normal to cry but if we use these tricks, we’re bound not to cry].

Presenter: And to finish off the check-up, they are bound to ask you if you have a good appetite, if you like eating all kinds of things, if you eat a lot of sweets, how much fruit you eat.

[Use these questions to highlight the importance of eating fruit and vegetables, and not too many sweets.

And if there’s time, make a quick mention of the importance of hand-washing.]

Presenter: [To finish the scenario] Did you like the nurse consultation? Who's going to be afraid when they go to see the paediatrician or the nurse? Who's scared of getting a jab? Or that someone might look at their throat?

Presenter: You've all been great. Now let's move on/finish the visit.

Station 2: Recreation of a hospitalisation unit



Physical space

A hospital room is recreated by arranging a hospital bed and other furniture. There will be an ACTOR in the bed simulating a patient who had an operation the day before. The patient will be wearing a hospital gown and will have an IV drip fitted and the instructor will be by their side, playing the role of the nurse who is looking after the patient, as a link to the patient and running the session.

Material

Blood test tubes, test tube rack, compressor and other material to take blood samples. Several pulse oximeters will be ready for the children to use to measure their oxygen saturation.

Furthermore, there will also be an anatomical model of the abdominal organs (children aged 7-9) or a skeleton (children aged 5-6).

Dynamics

Presentation of the case

Presenter: Good Morning. Welcome to the university hospital. My name is XXXX and I am Miguel's (or María's) nurse. Here's Miguel (or María) (ACTOR) who has been admitted to hospital.

Script

Presenter: Hello Miguel (María). Today, we're being visited by children from XXXXX school.

Miguel (María): Hello!

Presenter: Miguel (María), can you tell these children why you are in hospital today?

*For children aged 7-9 years old: **Miguel (María):** They had to operate on my appendix which was inflamed, and they had to take it out.

[Move closer to the bed so that Miguel (María) can show us their dressing and ask Miguel/María what they felt and how they realised that they were ill.]

Miguel (María): I started getting a pain and I felt ill, I didn't feel like playing so I told my parents I was sick and where it hurt, and they brought me to hospital.

[Draw the children's attention to the anatomical model of the organs in the abdomen and ask them to identify the organs and find the appendix, explain where it is and say that sometimes we have to take it out because it gets inflamed.]

*For children aged 5-6 years old: **Miguel (María):** They had to operate on my leg because I fell and broke a bone.

[Move closer to the bed so that Miguel (María) can show us the bandage on their leg and tell us what happened.]

Miguel (María): I was running in the playground at school, and I tripped over the goal post and I fell really hard and I couldn't get up because my leg hurt so much.

[Focus the children on the skeleton and ask the names of the major bones and find the bones in the leg (tibia and fibula). Highlight just how hard bones are.]

Presenter [talking to the children]: Has anyone ever had an operation? What was it? Did you have to stay in hospital like Miguel? Who was with you?

[Listen to the answers from the participants]

Presenter [talking to the children, highlight that your parents or family keep you company when you are admitted]: If you have to stay in hospital like Miguel (María), your mum or dad or a family member can stay with you. Miguel's (María's) mum (or dad) is making the most of your visit to go down to the cafeteria for breakfast.

Presenter: Miguel (María), how long have you been in hospital?

Miguel (María): I was admitted yesterday, they operated on me, and I'll be going home this afternoon.

Presenter [talking to the children]: Do you know how long people have to stay in hospital? [Listen to the answers]. It depends on why you're there. Sometimes we have to stay longer and sometimes it's just a short stay, but we all end up going home eventually. Miguel will be going home this very afternoon with his parents and his sister.

Presenter: When we are admitted to hospital, they have to do some things to us, but mostly, they don't hurt. Look, Miguel (María) has this tube that goes from his (her) vein [explain saline solution and IV medication]. Furthermore, we are going to measure the quantity of oxygen in Miguel's (María's) blood.

[Here we ask the children to volunteer to put the pulse oximeter on Miguel (María) and on other classmates.]

Presenter: now we're going to take a little blood from Miguel so we can test it and check that it's OK.

[Make the most of this point to get Miguel (María) to ask: 'What are you going to do to me?' And explain the importance of asking if we don't know what they are going to do]

[The procedure can be simulated with an anatomical model (special plastic arm to simulate taking blood)].

Presenter: We explain that we are in the hospital and after the operation (where they have put in an IV line with saline solution), we have to check that everything is OK and that he's all better so we can send him home to rest for a few days and then he can play with his friends again.

To do that, one of the things nurses must do is take some blood and see if it is all OK, [simulate the needle going in, explaining the moment when the compressor is fitted = tightens (Miguel tells us that it feels a bit tight) and disinfection of the area where the needle will go in = it's cold (yes).]

We explain that afterwards it is important to press on the place the needle went in for 1 or 2 minutes to stop the bleeding and prevent a bruise from forming and we put a plaster on it.

[Let them touch and get a close look at the test tube racks or test tubes and the compressor and make sure everyone has a chance to take a look.]

[If there is time, auscultation is presented using the stethoscope and the pulse oximeter, plus other nursing devices].

Presenter: We explain that when we put the stethoscope on your chest, we know if your heart is beating properly and if it is strong. [Ask the children: Do you want to listen? Let them check each other.]

Presenter: Sometimes, to find out how much oxygen we have in our body, they put this device on your finger. It looks like a clip or a peg on your finger [show them the pulse oximeter]. [Ask the children: Do you know what this is? Have you used it before? Do you want to put it on now?]

[Hand them out and let them put it on each other. Give them some time to try out the pulse oximeters while asking them: Does it hurt? What number comes up for you?

Finish off by encouraging the children: Very good, you've done that really well. You seem like real nurses!!]

Station 3: “Discovery room”



Physical space

No specific space is recreated, but a room is organised with a projection screen.

This station intends to start a dialogue with the children to talk about different ideas, some videos will be played and finally they will practice dressing a wound.

A presentation will be played that will guide the scenario (<https://view.genial.ly/5dc9b8cf03986d0f3832d805>). Furthermore, there will be a full-body mannequin with simulated wounds.

Material

The material will be prepared to dress the wounds: saline solution, antiseptic, gauze and dressings; also hand sanitizer for hand hygiene.

Dynamics

Presentation of the case

Presenter: Hello and welcome! My name is XXX. In this Discovery Room we're going to learn some new things.

Script

Presenter: Has anyone here every been ill?

What was wrong with you? How did you feel?

[Listen to the answers].

Presenter: Did you go to the doctor? What did the doctor do? Were you afraid?

[Listen to the answers].

Presenter: And what about at school? How did you feel about having to stay home from school and not going out to play? How many days did it last? It's not too bad if it's only a few days, right?

[Listen to the answers].

Presenter: Now we're going to watch a short film and then we'll talk about it.

[*For children aged 5-6 years old: play *Teo cuando se pone enfermo* (When Teo gets sick) (up to 03:09 min)]

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

Presenter: What happened to Teo? And what did he have to do? [Reinforce staying at home until you feel better and the importance of taking the medicine that the doctor prescribes].

[*For children aged 7-9 years old, play Sponge Bob: <https://www.youtube.com/watch?v=fv0XoQhvHQ>]

Presenter: What happened to Sponge Bob? What did he have to do? Why? Why did he have to go home?

[The following ideas are reinforced:

- When you are sick, you should go to the doctor and do what they tell you.
- Their advice: rest, take medicine...
- Sometimes you must stay home to rest, also to avoid infecting everyone else, to stop them getting sick too.
- And if you miss school: it's OK, it's normally just for a few days.]

[Other options for videos to show: <https://youtu.be/twbXc4wtRP8>, <https://youtu.be/0bASkZqNdBg>, <http://www.nickelodeon.es/programas/bob-esponja/videos/bob-esponja-sfc-reconocimiento-medico/2cdi5w>]

Presenter: Now, we're going to watch another video:

[Play: <https://www.youtube.com/watch?v=ccQcLflUICY>]

Presenter: What happened to Miss Elena? Has this ever happened to you? And what did you do? Did you tell an adult? Did they look after you? Have you ever had a wound that bled? Did it scare you? What did you think?

[The following ideas are reinforced:

- When you hurt yourself, you need to tell an adult and explain what happened properly.
- Let them dress your wound so that it does not get infected and so it will heal quickly.]

Presenter: To finish off, we are going to learn to dress a wound. First of all, we have to wash our hands.

[Use hand sanitizer for this. Explain briefly how to do it. The importance of doing it (to prevent germs, infections and above all before eating or dressing a wound). Hand out the gel so they can all wash their hands].

Presenter: We'll follow 3 steps to dress a wound: clean, disinfect and cover.

Presenter: And we're all going to dress the wound for our friend Lucas who has come off his bike [mannequin in the bed, with injuries on his legs].

To help him, we're going to use clean gauze, saline solution or water to wash it, disinfectant and a plaster.

[Willing children come up stand round the mannequin and help with the dressing steps together].

Presenter: All done! I hope you enjoyed it.

At the end of the session, the children might be given some kind of gift like a medal or a symbol to show how brave they have been.

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, N., Ferraz-Torres, M., García-Vivar, C., Saralegui-Gainza, A., & Escalada-Hernández, P. (2022). The Spanish Version of the Child Medical Fear Questionnaire: Cross-Cultural Adaptation and Validation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1), 451. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010451>