

Recursos para la preparación

- Las historias sociales y los juegos de simulación pueden ser útiles para que los padres y cuidadores expliquen por qué las vacunas son importantes y pueden usarse para prepararse para el proceso de vacunación. Las historias sociales se pueden encontrar en varios idiomas en el sitio web de los CDC.

Ejemplo de una historia social de los CDC



- VaxAbilities es una organización que coordina eventos de vacunación sensoriales en todo Massachusetts y se puede contactar para obtener más información en www.vaxabilities.com

Mejoras sensoriales

- Cree un entorno tranquilo apagando las luces y reduciendo el ruido
- Si es posible, reduzca la cantidad de contacto físico necesario
- Limite la cantidad de tiempo que un niño debe esperar para entrar a la habitación o recibir la vacuna
- Manténgase paciente y tranquilo cuando administre la dosis de la vacuna
- Para los cuidadores, camine con su hijo o juegue mientras espera que termine el período de observación de 15 minutos.

Para obtener más información sobre cómo entender los miedos a las agujas, visite:



Información de los CDC sobre fobias a las agujas; está la opción en español disponible

VACUNACIÓN SIN MIEDO

Consejos para reducir la ansiedad sobre las vacunas infantiles para proveedores, padres y niños



Número de teléfono



Sitio web



Nuestro centro

Para los proveedores

- Use cremas o sprays anestésicos tópicos siempre que estén disponibles
- Invierta en un Buzzy, un pequeño dispositivo portátil que enfría y vibra para distraer al niño
- Hable de cada paso del proceso con el niño y explíquele por qué las vacunas son importantes
- Permita que el niño encuentre una posición cómoda
- Enséñele al niño como respirar profundo para calmarse
- Anime al niño a sostener artículos acogedores
- Si se necesita más de una vacuna, ofrezca la opción de recibirlas al mismo tiempo o una después de la otra



Para los cuidadores

- Contrólese usted mismo para relajarse antes de la cita
- Traiga un artículo acogedor para su hijo
- Hable sobre la vacuna con su hijo unos días antes de la cita
- Use videos y libros para dar ejemplos de lo que es una vacuna
- Hable de la vacuna en un tono neutro
- Hable sobre cualquier sentimiento negativo que su hijo podría tener
- Dele a su hijo una recompensa después de recibir una vacuna
- Hable con su hijo sobre la experiencia más tarde ese día

Para los niños

- Las vacunas a veces pueden dar miedo, pero evitan que enferme
- Las vacunas se administran con una aguja que pincha el brazo o la pierna
- Esto puede doler a veces, pero solo duele por un segundo, ¡y después se acaba!
- Si quiere llorar, ¡está bien! Muchos niños lo hacen.
- Después de recibir su vacuna, es posible que reciba algo divertido, como un dulce o una pegatina.
- Aunque las vacunas duelen, lo protegen a usted y a todos los que lo rodean de las enfermedades. ¡Así nos ayudamos entre todos!

