



## **Cómo implementar la Psicoprofilaxis Quirúrgica Pediátrica (PQP)**

La PQP es una psicoterapia breve que se focaliza en la preparación psicológica y emocional del Niño/a y su Familia para transitar una cirugía programada con los recursos adecuados. Utiliza diversos materiales y técnicas para prepararlos para el procedimiento quirúrgico.

Esta psicoterapia es muy importante por su trabajo desde lo preventivo. Se realizaron diversos estudios académicos y científicos donde reflejan la importancia de que un paciente llegue preparado y de la mejor forma posible a una intervención quirúrgica. Los beneficios en la disminución de la ansiedad y en la recuperación de la cirugía están comprobados.

Algunos de los materiales y métodos comúnmente utilizados incluyen:

### **1. Material Didáctico:**

- **Libros y Cuentos:** narraciones que explican el proceso quirúrgico de una manera amigable y comprensible para los niños.
- **Fichas y Folletos Informativos:** materiales que describen los pasos de la cirugía y lo que pueden esperar, tanto para los niños/as como para los adultos.

### **2. Juguetes y Juegos Terapéuticos:**

- **Muñecos y Peluches:** utilizados para demostrar el procedimiento médico, permitiendo que los niños actúen como doctores para entender mejor lo que sucederá. Utilizar material médico “apto” para el juego en Niños/as (juegos de doctor, instrumentos médicos de juguete, gasas, guantes médicos, jeringas, etc.).
- **Dibujo:** modo de expresión para elaborar a través del dibujo situaciones médicas que fueron vividas o que serán transitadas.
- **Juego Simbólico:** actividades donde los niños pueden representar la cirugía con disfraces y herramientas de juguete para reducir el miedo y la ansiedad. Aquí se pueden utilizar juguetes de Médico/Enfermería.

### **3. Técnicas de Relajación y Manejo del Estrés:**

- **Ejercicios de Respiración y Relajación:** técnicas simples para ayudar a los niños a relajarse y controlar su ansiedad.



- **Música y Audiolibros:** herramientas para proporcionar distracción y sentir calma antes de la cirugía.

#### 4. Apoyo Psicológico:

- **Sesiones de Terapia:** trabajo psicoterapéutico y actividades guiadas por psicólogos especializados en el manejo del miedo y la ansiedad en Niños/as que presenten estas dificultades. Las sesiones deben ser previas a la cirugía y una posterior a la operación.
- Trabajo interdisciplinario: el psicólogo/a debe tener comunicación con los profesionales de salud intervinientes en la operación (médicos/As clínicos, cirujanos/as, odontólogos/as, psiquiatras, psicólogos/as clínicos en caso que el niño/a se encuentre en una psicoterapia por otro motivo, etc.).
- **Terapia Familiar:** apoyo y orientación para los padres para que puedan acompañar mejor a sus hijos durante el proceso.

#### 5. Visitas Guiadas:

- **Recorridos por el Hospital:** familiarizar a los Niños/as con el entorno hospitalario y el personal médico antes de la cirugía.
- **Simulaciones del Procedimiento:** actividades que permiten a los Niños/as ver y entender cada etapa del proceso quirúrgico.
- Sala de juegos Terapéutica: en caso que el Hospital cuente con este espacio, llevar al Niño/a antes y/o después de la cirugía. En caso que no pueda salir de la habitación, solicitar al personal de salud que asistan Psicólogos/as de la Sala de Juegos Terapéutica a la habitación.

Estos materiales y técnicas están diseñados para reducir el estrés y la ansiedad pre y postoperatoria, mejorar la cooperación durante el procedimiento y facilitar una recuperación más rápida y menos traumática para los niños/as y su Familia.

#### **IMPORTANTE**

Se recomienda realizar cursos de “Psicoprofilaxis clínica y quirúrgica” para profesionales de la salud, ya que esta psicoterapia presenta diferentes técnicas psicológicas y un conocimiento previo de salud mental infanto-juvenil. Además, existen profesionales más experimentados para supervisar los casos clínicos y poder realizar un trabajo más completo y acompañado de psicólogos/as con gran trayectoria.