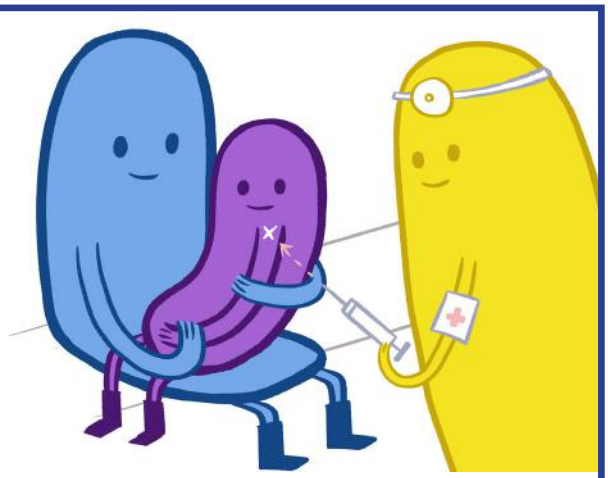


POSICIÓN DE COMODIDAD

Una de las cosas más poderosas que se pueden hacer para **obtener comodidad y reducir el dolor** para niños es estar cerca de ellos! Esta guía le enseñará maneras de cómo mantener a sus hijos fuera de peligro durante procesos médicos y a la misma vez hacer que ellos se sientan apoyados.

*Lo más que pueda, **trate de respirar lentamente y calmar su cuerpo**. Su hijo automáticamente empezará a hacer lo mismo...su tranquilidad es contagiosa! Hable de una manera calmada y consoladora y note como eso cambia como ustedes dos se sienten.*

SENTARSE AL COSTADO



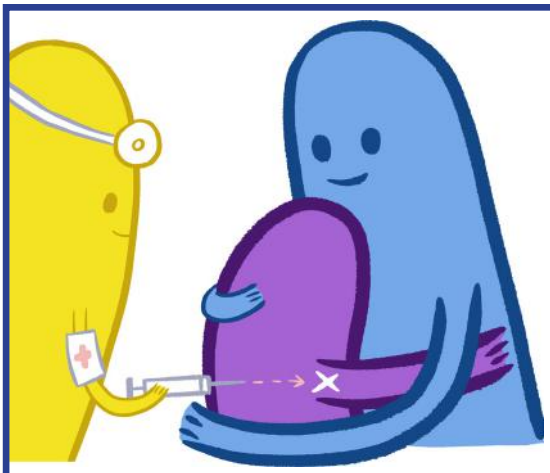
Su hijo/a se sienta en sus piernas con sus dos piernas a un lado de su cuerpo. Envuelva ambos brazos alrededor de los de ellos en un abrazo cosoloador. Esto les recuerda que deben mantener sus brazos quietos, mientras que estén en un abrazo consolador. Su hijo/a puede mirar hacia la inyección o pueden elegir mirar al otro lado.

ESPALDA A ESTÓMAGO



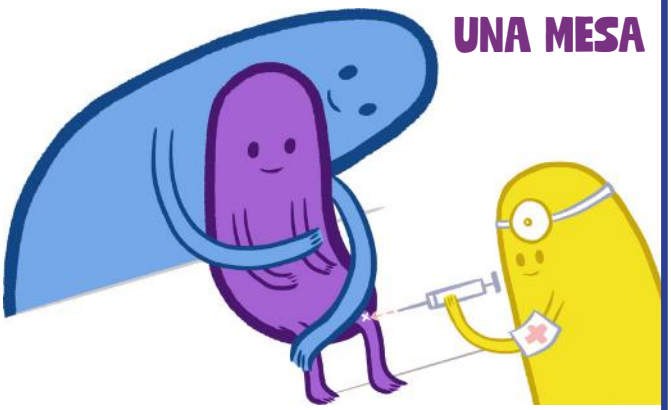
Su hijo/a se sienta en sus piernas orientado de espalda a usted. Envuelva ambos brazos alrededor de los de ellos en un abrazo consolsador. También puede envolver sus piernas alrededor de los de ellos para un abrazo completo. Para niños más grandes, puede tenerlos sentar en una cama o una silla, y abrazarlos por detrás.

ESTÓMAGO A ESTÓMAGO



Tu hijo/a se sienta en sus piernas orientado hacia usted. Sus piernas están en ambos lados de su cintura. Usted envuelve ambos brazos alrededor de los de ellos para un abrazo completo usando sus axilas y antebrazos para mantener sus brazos seguramente contenido. Esto trabaja hasta para niños para grandes.

ESPALDA A ESTÓMAGO ENCIMA DE UNA MESA



Su hijo se sienta encima de una mesa. Usted envuelve sus brazos alrededor de los de ellos como para darles un gran abrazo. Usa sus brazos para mantener sus brazos seguramente contenido durante el procedimiento. Para niños más pequeños, también puede usar sus brazos para recordarles a sus piernas a quedarse quieto.



Para más información, revise

Meg Foundation
MEGFOUNDATIONFORPAIN.ORG