



# HAGA QUE LAS VACUNAS **SEAN MENOS ESTRESANTES** **Y DOLOROSAS PARA SU HIJO**



**Ponerse una vacuna puede asustar a los niños. A continuación, le ofrecemos algunos consejos para consolar a su hijo antes, durante y después de la vacuna.**

## Antes

- Sea honesto con su hijo: las vacunas pueden molestar o pinchar, pero no duelen durante mucho tiempo.
- Ayude a su hijo a ver las vacunas como algo positivo. Dígame que las vacunas lo protegen de los gérmenes que podrían enfermarle.
- No le cuente a su hijo historias que lo asusten ni lo amenace con las vacunas.



## Durante



- Traiga el juguete o la manta favorita de su hijo para que los abrace.
- Sostenga a su hijo en una posición reconfortante, como por ejemplo en su regazo.
- Distraiga a su hijo, con una historia, un video o una conversación.
- Pregunte al proveedor de la vacuna si tiene una pomada o un aerosol anestésico para aplicar antes de la inyección.

## Después

- Abrace y elogie a su hijo.
- Recuérdele a su hijo por qué las vacunas son buenas. Dígame que su cuerpo ya está creando pequeños defensores que van a mantenerlo sano y a salvo de los gérmenes.
- Considere recompensar a su hijo con algo que le guste, por ejemplo, con un dulce o una calcomanía.

