sura

¿CÓMO COMPRENDER LOS SENTIMIENTOS DE LOS NIÑOS PARA ACOMPAÑARLOS?

Un diagnóstico de diabetes trae desafíos físicos y emocionales para el niño y sus cuidadores. Actúa con empatía y amor.

VIGILADO Supersalud

Un niño con diabetes puede sentir:

1. **Que es diferente** a los demás, está aislado y solo.

2. **Necesidad de negar su enfermedad** para hacer ver a los demás que es un niño “normal”. Puede ser una alerta si no se sigue el tratamiento médico.

3 **Tristeza** que se manifiesta con llanto o cambios en sus comportamientos de alimentación o sueño, entre otros.

4 **Culpa por la enfermedad** y por causar "problemas o sufrimiento" a quienes lo rodean. Explícale que es una condición de salud que cualquier persona puede presentar, así como a unos nos da dolor de cabeza a otros, diabetes.

5 **Pasar por diferentes emociones** como la frustración o el enojo.

6 **Miedo y ansiedad** por las agujas, el control con el equipo de cuidado y la posibilidad de tener otras condiciones de salud.

7 **Vergüenza por los cuidados adicionales** que debe tener en la escuela o en los momentos que comparta con sus amigos.

Prepárate para acompañarlo

El niño y sus cuidados no se deben esconder:

1. **Dedica tiempo para tu bienestar,** para cuidar debes estar bien.
2. **Aprende** sobre la enfermedad con fuentes confiables.
3. **Identifica los cambios emocionales** de tu hijo y entiende sus causas.
4. **Busca apoyo** en amigos y familiares, habla de tus preocupaciones.

5 **Comparte experiencias,** conocimientos y actividades con familias de niños con diabetes.

6 **Enséñale a tu hijo sobre su condición,** para que así, en forma gradual sea autónomo y se pueda responsabilizar de su propio cuidado.

7 **Mantén las rutinas familiares, lo más normal posible,** con hábitos saludables.

8 Recuérdale al niño que **la diabetes no es su culpa y que puede mantenerse saludable con este diagnóstico.**

9 **Evita juzgar los sentimientos del niño** y explícale en un lenguaje que pueda entender.

10 **Sé siempre un respaldo para tu hijo,** respetando su individualidad.

Normalizar los hábitos de alimentación saludable, actividad física, glucometrías y aplicación de insulina, si lo requiere, es fundamental.

ENTRE TANTAS PRIORIDADES,
TÚ ERES LA PRIMERA

vivemas.segurossura.com.co