

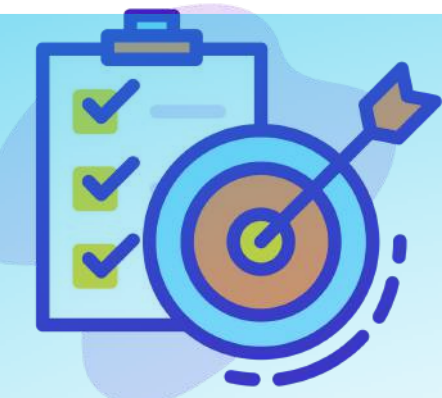
LA DISTRACCIÓN COMO MÉTODO PARA REDUCIR LA ANSIEDAD Y EL MIEDO EN LA CONSULTA DE ENFERMERÍA PEDIÁTRICA

Palma Dávila, D.J., Santana Sosa, C. y Serradilla Zubigaray, M.P.
Centro de Salud San Sebastián de La Gomera - Consulta de Enfermería Pediátrica.

INTRODUCCIÓN

Los procedimientos como la vacunación, la venopunción o curas, suelen generar miedo y ansiedad en los niños, dificultando su realización.

La distracción se presenta como estrategia efectiva para reducir el dolor percibido y mejorar la experiencia de los pacientes pediátricos y sus familias.



OBJETIVOS



Analizar el impacto de las técnicas de distracción en la respuesta emocional y conductual de los niños durante los procedimientos de enfermería.



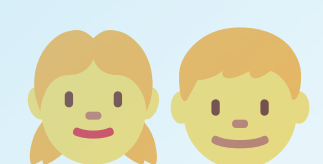
Identificar las estrategias más efectivas en consulta.



MATERIAL Y MÉTODOS



Diseño: Estudio observacional analítico.



Población: 100 niños y niñas (3-12 años).

50 grupo de intervención y 50 grupo de control



Intervención: Técnicas de distracción durante procedimiento.



Estrategias utilizadas:

Visuales



Sensoriales



Objetos recompensas



Evaluación:



*Consentimiento
Informado y
encuesta*



Escala EVA

RESULTADOS



85%

Ansiedad
Inquietud
Resistencia

91%

Cooperación

98%

Valoración
positiva

CRONOGRAMA



0-1m

Selección de
material



1-3m

Prueba piloto
con 25 niños



3-10m

Resto de
estudio



10m-1a

Evaluación de
viabilidad

CONCLUSIONES

- La distracción es una técnica simple y efectiva que mejora la experiencia infantil.
- Alta viabilidad debido a su simplicidad, bajo coste y fácil integración en la rutina asistencial.
- Se aconseja adaptarla según la edad y preferencias del niño.



BIBLIOGRAFÍA

- Fernández C, Navarro E, López M. Analgesia no farmacológica en la vacunación: valoración de pediatras, pacientes y tutores. *An Pediatr (Barc)*. 2021;95(1):45-51.
- Navarro Díaz S. Aplicación de métodos no farmacológicos en la reducción del dolor pediátrico durante la venopunción. Revisión narrativa. Trabajo de Fin de Grado. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid; 2023.
- Sánchez J, Martínez P, Gómez R. Efectividad de medidas no farmacológicas para la disminución del dolor y el miedo en niños durante la venopunción en urgencias: dispositivos de vibración más frío frente a distracción.

