



# Cómo sostener a su niño durante la vacunación

Abrazar a su hijo mientras lo sostiene puede ayudar a reducir el estrés e impedir que se mueva mientras recibe la vacuna. Junto con alguna distracción, como contarle cuentos, cantar o hacer ejercicios de respiración profunda, abrazar a su niño facilita la vacunación.

**Abajo encontrará algunas sugerencias de cómo sostener a su hijo. Su proveedor de atención médica puede sugerirle que lo sostenga de otra manera mientras lo vacuna.**

## Abrazo para bebés

- Sostenga a su bebé en su regazo sentado de lado.
- Coloque el brazo interno del bebé (brazo que está más cerca de usted) en su pecho o debajo de su axila y aplique una presión suave similar a la de un abrazo.
- Sujete con seguridad el brazo y la pierna que están al lado externo.
- Doble la rodilla del bebé (la que está al lado externo) ligeramente. Esto ayuda a relajar el músculo del muslo.



## Abrazo para niños pequeños

- Sostenga a su niño en su regazo sentado de lado.
- Coloque el brazo interno del niño (brazo que está más cerca de usted) en su pecho o debajo de su axila y detrás de su espalda. Aplique una presión suave entre su espalda y el respaldo de la silla.
- Envuelva su brazo alrededor de la espalda del niño y sostenga firmemente el torso y el brazo externo del niño cerca de su cuerpo.
- Use su otro brazo para sostener firmemente el antebrazo del niño contra su estómago.
- Use sus muslos para sujetar las piernas del niño.



## Abrazo de pecho a pecho

- Siente a su niño en su regazo frente a usted con las piernas alrededor de su cintura.
- Sostenga la espalda baja del niño con sus brazos cruzados.
- Coloque los brazos del niño alrededor de su cintura y sujételos firmemente bajo sus brazos.
- El niño puede descansar su cabeza en el hombro de quien lo sostiene y voltear hacia otro lado al momento del procedimiento.
- Si el brazo del niño lo puede rodear por completo, presione ligeramente el brazo del niño contra el respaldo de la silla.



## Abrazo espalda contra pecho (frontal)

- Al sentarse, sostenga a su niño sobre su regazo de espaldas a usted.
- Abraze al niño durante el proceso, cruzando sus brazos delante del niño, mientras sostiene el antebrazo derecho del niño con su mano izquierda y el antebrazo izquierdo con su mano derecha.
- Sujete las piernas del niño entre los muslos y cruce las piernas sobre las de su niño.
- Tenga cuidado con la cabeza del niño de tal manera que no le golpee la cara si se mueve.



## Abrazo pecho contra pecho (a modo de cabalgar)

- Siente a su niño en su regazo frente a usted con las piernas alrededor de su cintura.
- Sostenga la espalda baja del niño con sus brazos cruzados.
- Coloque los brazos del niño alrededor de su cintura y sujételos firmemente bajo sus brazos.
- El niño puede descansar su cabeza en el hombro de quien lo sostiene y voltear hacia otro lado al momento del procedimiento.
- Si los brazos del niño lo pueden rodear por completo, presione ligeramente su espalda contra el respaldo de la silla.



## Abrazo de lado

- Siente a su niño de lado en su regazo.
- Coloque el brazo interno del niño (brazo más cercano a usted) alrededor de su espalda y presione ligeramente contra el respaldo de la silla.
- Coloque su brazo alrededor de la espalda del niño y sostenga la parte superior del brazo externo del niño.
- Utilice la otra mano para sostener el antebrazo y las piernas del niño.



## Abrazo lado a lado

- Siéntese al lado del niño y ponga sus brazos alrededor de los hombros del niño.
- Sosténgalo muy cerca de usted.
- Coloque el brazo del niño alrededor de su espalda y presione ligeramente contra el respaldo de la silla.
- Sostenga el antebrazo del niño cruzando su cuerpo.

