

Mi amiga

Sofía me

lo cuenta todo...



Ilustre Colegio Oficial
de Enfermería de Jaén



“Mi amiga Sofía me lo cuenta todo” es el título del cuento que ahora tienes en tus manos. Tanto si te gusta leer como si no le gusta mucho, le aseguro que con estas páginas le vas a entretener y vas a aprender mucho. Los días que estés en el hospital, o los días previos, puedes hojear este libro, que a través de textos muy cortos y muchos dibujos conocerás lo que vas a hacer mientras duren tus visitas al hospital. Tanto tú como tus papás os acercaréis de forma divertida y amena a una realidad que en la actualidad os ha tocado vivir, también a otros muchos niños, una realidad que esperamos se supere con muchas vivencias aprendidas y más ganas de seguir luchando, viviendo y, por supuesto, con una ilusión inmensa. ¡Verás cómo lo consigues!

Este libro está editado por el Colegio de Enfermería de Jaén, el colectivo profesional más amplio de la provincia, que abarca a más de 3.800 colegiados, muchos de los cuales te van a atender, a cuidar y a informar el tiempo que dure tu estancia en el hospital, o tus visitas periódicas. Los enfermeros y enfermeras somos esos profesionales que siempre vamos a estar a tu lado, también junto a tus padres, que te vamos a ayudar y a solucionar vuestras dudas y que, ten por seguro, te vamos a cuidar como si fueras nuestro propio hijo o hija. ¡Confía en nosotros, estamos aquí para ayudarte!

Este Colegio ha editado unos 1.500 ejemplares, de manera totalmente gratuita, con un objetivo fundamental, hacer más llevadera la estancia del niño en el hospital, también para que aprenda y conozca lo que le está pasando, los cambios que se van a producir en su cuerpo y cómo va a evolucionar.

Al final de estas páginas encontrarás pasatiempos y otros juegos para que te entretengas y te ayuden a hacer más llevaderas tus horas en el hospital.

Me gustaría dar las gracias de manera encarecida por esta gran iniciativa a las Enfermeras Marisol Escribano y Ángela Palma, a la auxiliar de Enfermería María Bernal y a los colaboradores: Juan Ríos (enfermero recientemente fallecido), María José Ruiz (profesora), Silvia Morillas y Maite Morillas (estudiantes) y Jaime Ríos (militar). Muchas gracias por hacer realidad esta encomiable iniciativa y, sobre todo, porque este trabajo es muestra de vuestra preocupación real y sincera por contribuir a mejorar la calidad de vida y la calidad asistencial de ese niño o niña que, por circunstancias de la vida, ahora tiene que encontrar en el hospital su segundo hogar, un hogar cálido, en el que ballará cariño, comprensión, afecto y mucha profesionalidad. Gracias.

José Francisco Lendínez Cobo
Presidente del Colegio de Enfermería de Jaén



*Este cuento está dedicado
con ternura:*

*A los chicos hacedores de
diabluras.*

*A las que tejen con lana
sus pulseras para esperar
mejor la Primavera.*

*A quienes siembran
semillas de alegría para
que el mundo nazca cada
día.*



AUTORAS:

Enfermeras DUE:

- Marisol Escribano Olmo
- Ángela Palma Martínez

Auxiliar de enfermería:

- María Bernal Agredano

Hospital Infantil de Jaén



COLABORAN:

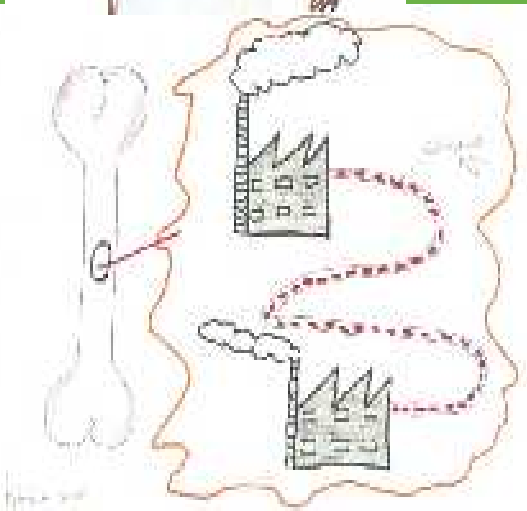
- Juan Ríos Castro: Enfermero
- M^a José Ruiz Bernal: Profesora
- Silvia Morillas Sánchez: Estudiante
- Maite Morillas Sánchez: Estudiante
- Jaime Ríos Escribano: Militar





Hola amiguito, éste es el Hospital Infantil de Jaén (Unidad de Onco-Hematología), yo soy Sofía, tu enfermera y quiero ser tu amiga. Te veo un poco asustado ¿verdad? Pero si yo te cuento lo que está pasando, seguro que estarás más tranquilo.

¿Sabes que en el interior de nuestros huesos hay una sustancia esponjosa llamada médula ósea?. Esta sustancia es parecida a una fábrica donde trabajan muchos obreros todo el tiempo y en silencio. Pero verás, ellos mismos se van a presentar:





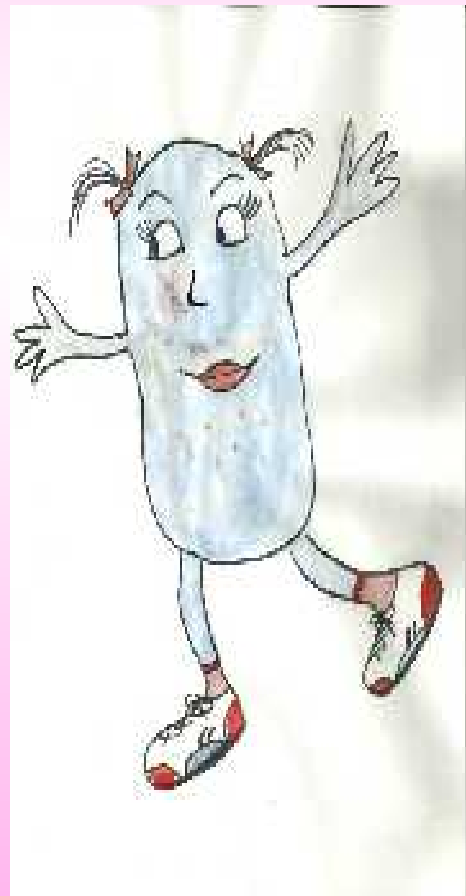
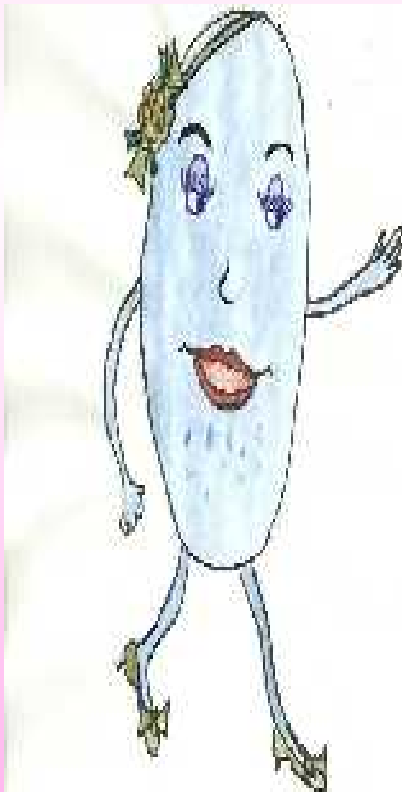
- ¡Hola! Me llamo Leucocito y somos muchos, nuestro color es blanco y nuestra forma redonda. También nos llaman Glóbulos Blancos y nuestra misión es atacar a los virus y gérmenes que producen las infecciones y fiebres. Por eso defendemos tu cuerpo contra la gripe, anginas, resfriados, etc.



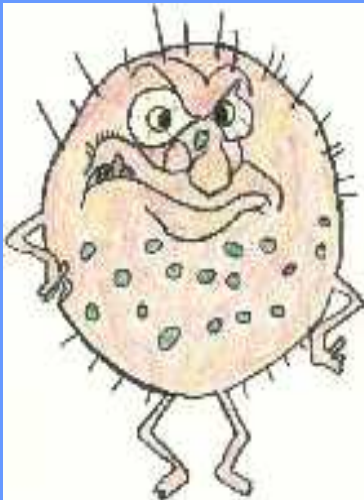


- ¡Hola! Me llamo Hematíe y también somos muchos, nuestra forma es redonda, nuestro color es rojo y somos los que le damos el color a la sangre. También nos llaman Glóbulos Rojos y nuestra misión es llevar a todos los rincones de tu cuerpo el oxígeno que respiras.

- ¡Hola! Yo soy la Plaqueta, somos muchas y muy amigas, nuestro trabajo es parecido al del fontanero, por eso, cuando hay un escape de sangre, acudimos rápidamente todas juntas para formar un tapón.



Como ya te dije antes, estos personajes nacen y viven en la médula ósea hasta que son mayores. Entonces abandonan su casa y pasan a formar parte de la sangre a través de los vasos sanguíneos, que son como pequeños tubos que recorren todo nuestro cuerpo. Ellos también se llaman células y son capaces de dividirse en células hijas. Pero... ¿qué ocurre entonces?. Pues que algunas de éstas hijas desobedecen las órdenes de su madre y actúan sin control provocando un daño en algunas zonas de tu cuerpo, haciendo que te sientas enfermo.



A veces te puede aparecer un bulto en un ojo o en la tripa, también en el cuello o en la rodilla ...etc. Te ha dado fiebre y no tienes apetito. Te cansas cuando juegas y estás pálido y además te han salido unas pequeñas pintitas rojas en las piernas que se llaman petequias.





También es posible que sangres por la nariz y por las encías y si te das un golpe, la piel se pone de color morado, eso se llama hematoma.

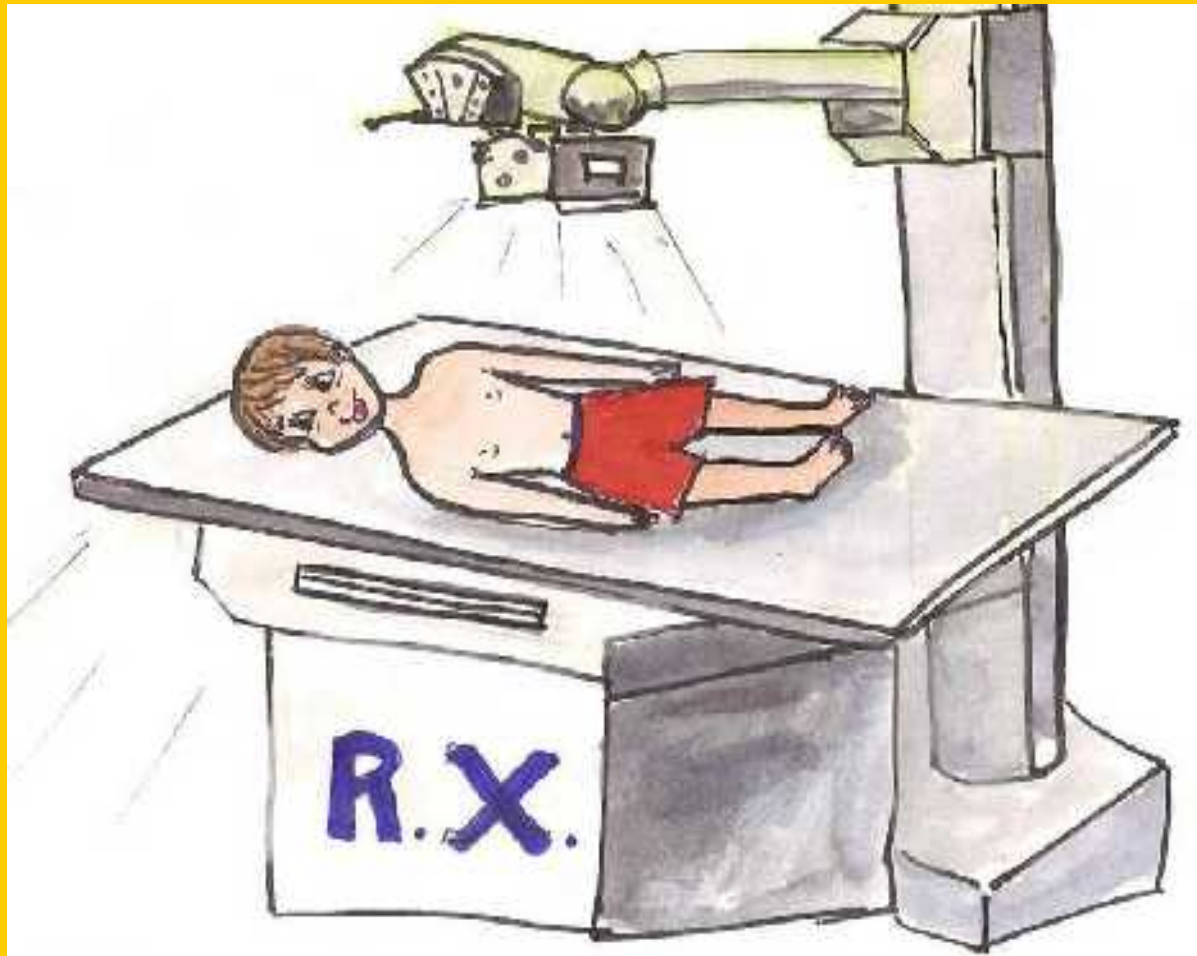
Tus papás que te quieren mucho, se preocupan por ti y te llevan al hospital, para que un equipo estupendo de enfermeras y médicos, te ayuden a ponerte bueno otra vez, pero para eso tienen que hacerte unas pruebas. Aunque algunas de estas pruebas molestan un poco, si tu procuras estar tranquilo, te dolerán menos y será todo más fácil y pronto sabrán lo que te pasa.



Te sacarán un poco de sangre para analizarla pero si soplas fuerte apenas lo notarás.
También tendrás que hacer pipí en un frasco.



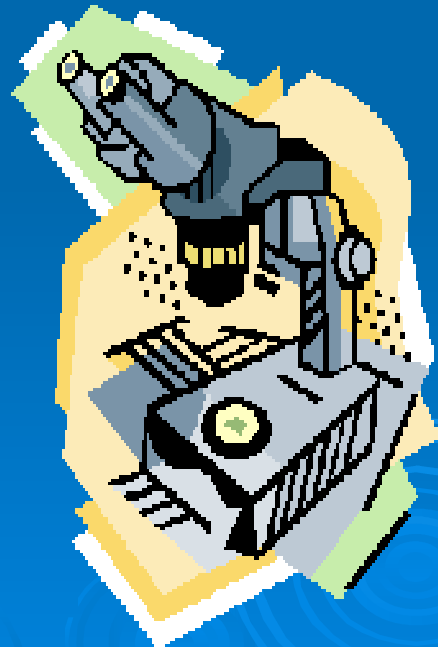
Te llevarán a una sala con muchos aparatos raros para hacerte radiografías. ¡Esto no duele!, pero debes estar muy quieto.



También te harán una punción lumbar (esto es un pinchacito en la espalda), pero como te ponen una crema para que no te duela, si te estás muy quieto apenas lo notas.



Por último, te harán una biopsia. ¿Sabes lo que es eso? Verás, el médico necesita unas pocas células desobedientes para analizarlas y para que no te duela al pincharte, te duermen un poco y no te enteras.



Todas estas pruebas han sido necesarias para averiguar que tienes una enfermedad llamada Leucemia. ¡Vamos a hablar de ella!, ¿quieres? En la Leucemia, no se sabe por qué, los obreros encargados de producir leucocitos se revelan y fabrican muchas células jóvenes y desobedientes (llamadas BLASTOS) que entorpecen la labor de los encargados de producir hematíes y plaquetas, disminuyendo la fabricación de éstos; entonces tú te sientes cansado, pálido y débil.



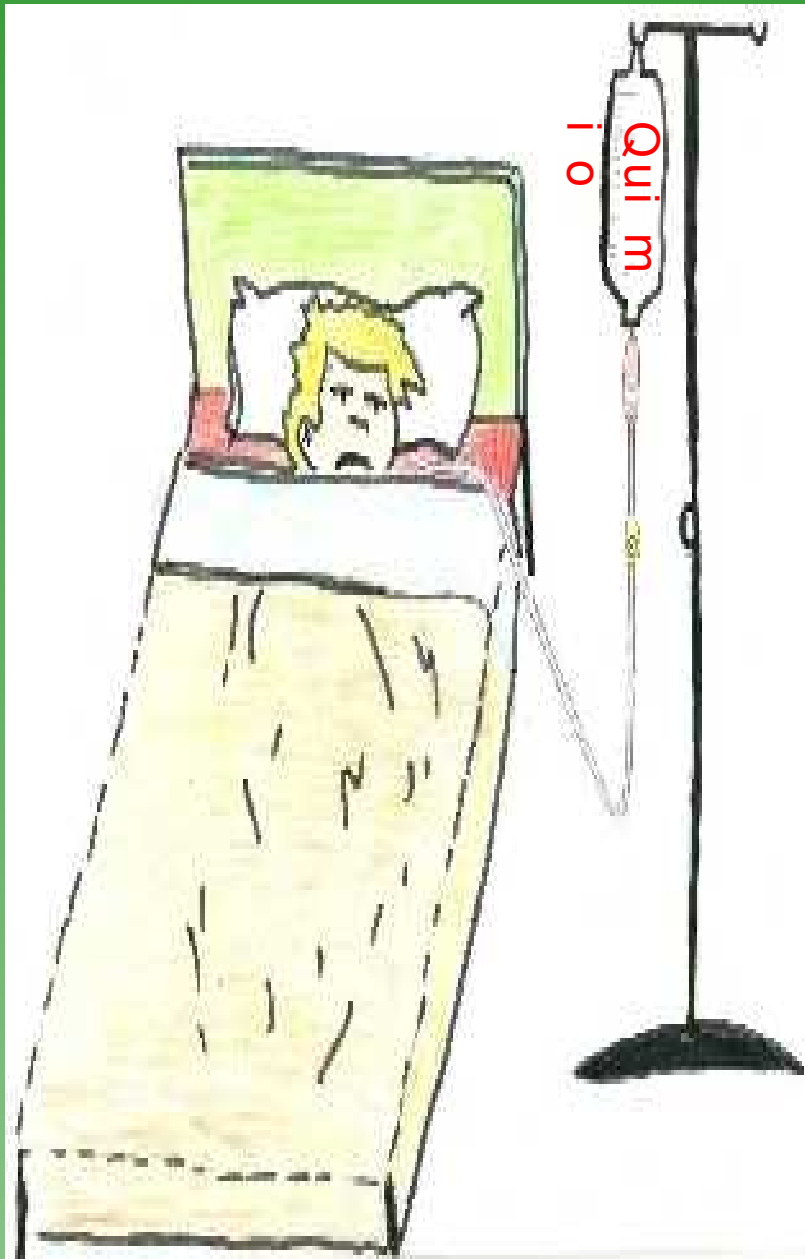


Como también hay pocas plaquetas, puedes sangrar fácilmente por la nariz y por las encías, y como el número de leucocitos desobedientes es grande, no están preparados para defenderte, entonces aparece la fiebre y las infecciones.

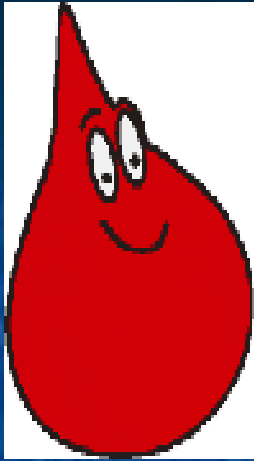
¡Ah! Y si te das un golpe, tu piel se pondrá de color morado, así que debes tener cuidado. A veces también puede ser el pipí de color rojizo.

¡Ahora ya sabes lo que sucede en la Leucemia!, y como te dije antes, el equipo de enfermeras y médicos que te van a cuidar, también pondrán orden en la fábrica para que tu médula vuelva a funcionar con normalidad.





Para eso, es necesario introducir en tu cuerpo unos medicamentos que tienen un nombre raro y largo, que se llaman "qui-mio-te-rá-pi-cos" y ellos se van a encargar de destruir a esas células desobedientes que te han causado la enfermedad.



Pero al mismo tiempo, estos medicamentos harán que la producción de células buenas (plaquetas y hematíes) sea más pequeña y por eso algunas veces habrá que ponerte sangre.



Durante algún tiempo notarás algunos cambios en tu cuerpo: pérdida de apetito, a veces vomitarás y también te saldrán heriditas en la boca y quizá se te caiga el pelo. Los causantes de todo esto son esos medicamentos de nombre raro de los que antes te hablé, es decir, los "quimio-te-rá-pi-cos"

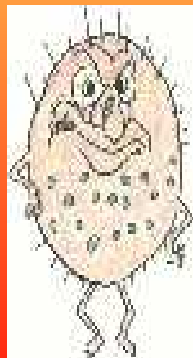


- Estarás en el hospital el tiempo que dure la quimioterapia.
- Habrá que hacer controles de sangre y para evitar pincharte muchas veces en el brazo, te pondrán un aparatito pequeño llamado reservorio.



- Es como un botoncito de goma que se pone en el hombro debajo de la piel y va conectado a un grifito por donde se sacará la sangre y se administrará la medicación.

¡Ojo!, en algunas ocasiones, algunas células rebeldes intentan escaparse para esconderse en tu cerebro, pero no te preocupes, porque el médico introducirá a través de tu espalda un medicamento que se encargará de eliminarlos.





Bueno amiguito, aunque todas estas pruebas no te hayan gustado, tú y yo sabemos que era necesario hacerlas para controlar la enfermedad y conseguir eliminar las células rebeldes. A partir de ahora, ya verás como empiezas a encontrarte mejor: te crecerá el pelo, tendrás más apetito y comerás mejor, estarás más contento y tendrás ganas de jugar y podrás ir al cole... etc. ¿Sabes una cosa? En este momento comienza una nueva etapa llamada **REMISIÓN** que es como si la enfermedad no hubiera existido.

Aunque también he de decirte, que para que las células desobedientes no vuelvan a aparecer y hagan nuevamente daño a alguna parte de tu cuerpo, es necesario que tu médico siga utilizando la Quimioterapia durante algún tiempo ¿de acuerdo?.



Bueno, ya ves como las enfermeras y los médicos del Hospital Infantil de Jaén, hemos trabajado mucho para que tú vuelvas a sentirte bien, pero ahora también te toca trabajar a ti, y para eso te voy a mandar una serie de tareas que espero que las hagas muy bien y estas son las siguientes:



Tareas que debes hacer:

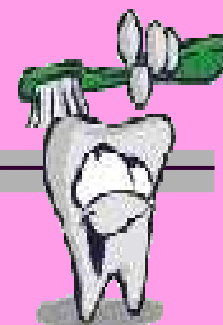
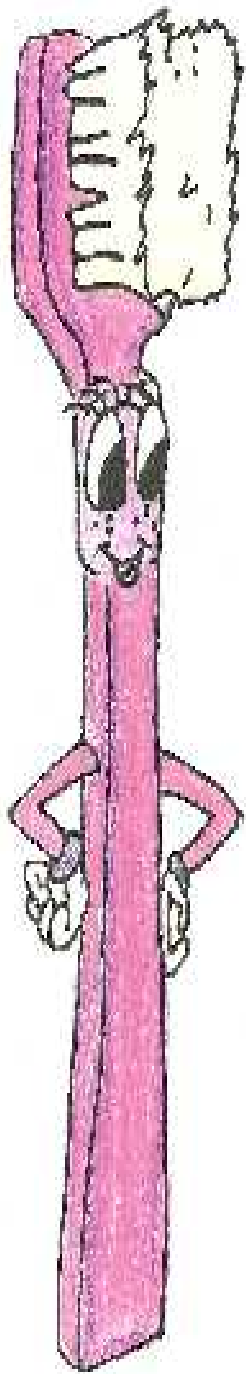
1º ASEO PERSONAL

Dúchate todos los días y lávate las manos antes de comer y después de hacer pipí o caca.



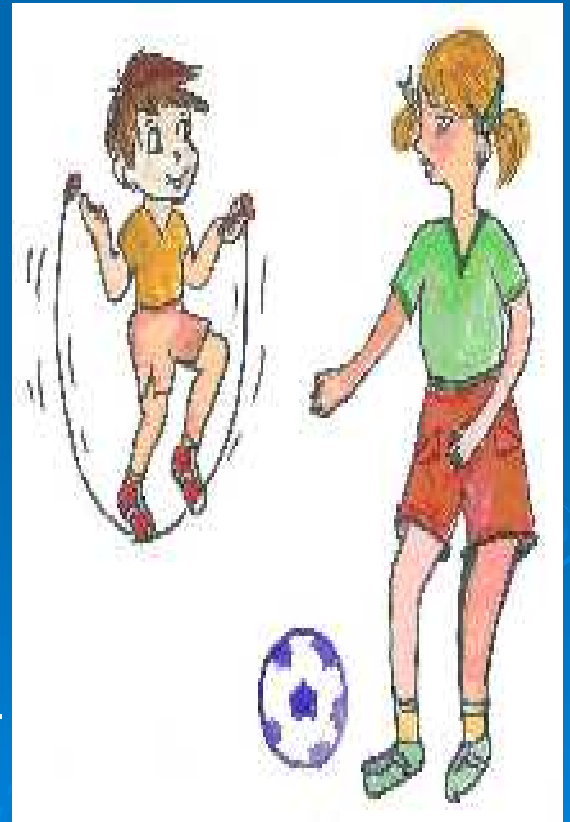
2º CUIDA TU BOCA

Enjuágate la boca bien después de comer y cuando tu enfermera te lo indique, cepíllate los dientes con un cepillo suave.



3º JUEGOS

Cuida tus juegos, no juegues violentamente y ten cuidado con los objetos cortantes (tijeras, cuchillos, etc...)





4º EVITA LOS CONTAGIOS

No estés en contacto con personas que padezcan gripe, sarampión, varicela, constipados, etc...

Y evita también el contacto directo con animales. No te olvides de desinfectar tus heridas.

5° CUIDA TU ALIMENTACIÓN

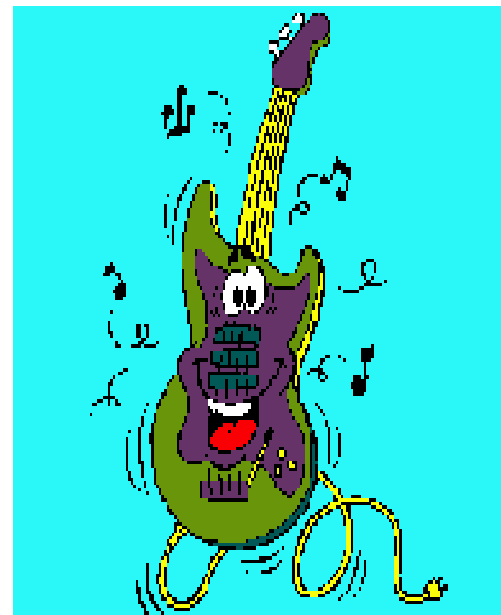
Debes tomar una alimentación variada: pescados, carnes, verduras, legumbres, frutas, leche, miel, yogurt ...etc.

Y por favor no tomes muchas chucherías, solo alguna de vez en cuando ¿vale? Debes esforzarte amiguito y hacer muy bien tus tareas.



6º PUEDES SEGUIR DIVIRTIÉNDOTE

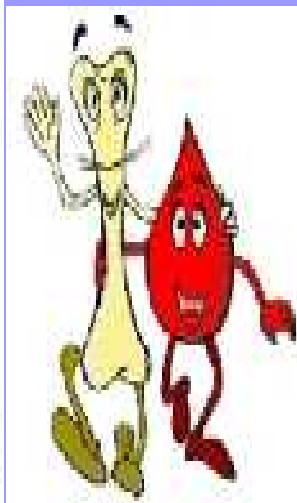
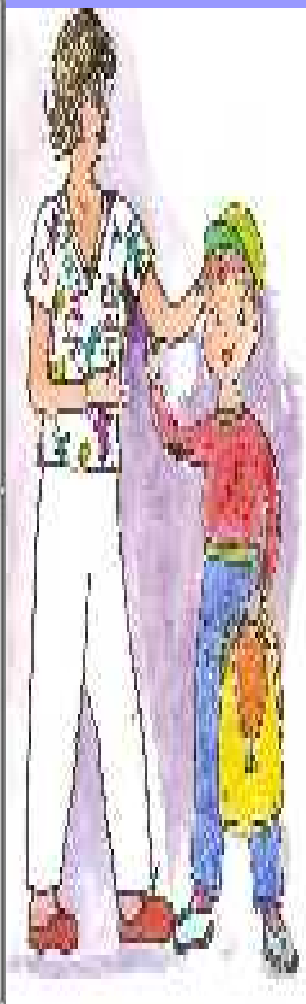
Busca siempre una actividad y no dejes paso al aburrimiento: juega, escucha música, lee, colorea ... etc. ¡¡¡Ah!!! Y no te olvides de los libros del cole, ni tampoco de tus amigos.



Y entonces cataplán, cataplán y cataplín
cataplín hemos llegado a su fin.
Y así se cuenta y se vuelve a contar este
cuentecito de nunca acabar.

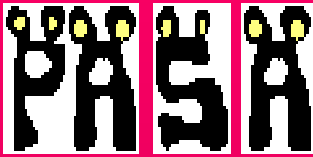


Y colorín colorado este cuento se ha acabado,
pero ¡¡recuerda que aquí estamos y seguiremos
siendo amigos para siempre!!



ENTRETENIMIENTOS

SOPA DE LETRAS



Busca el nombre de estos personajes y elementos



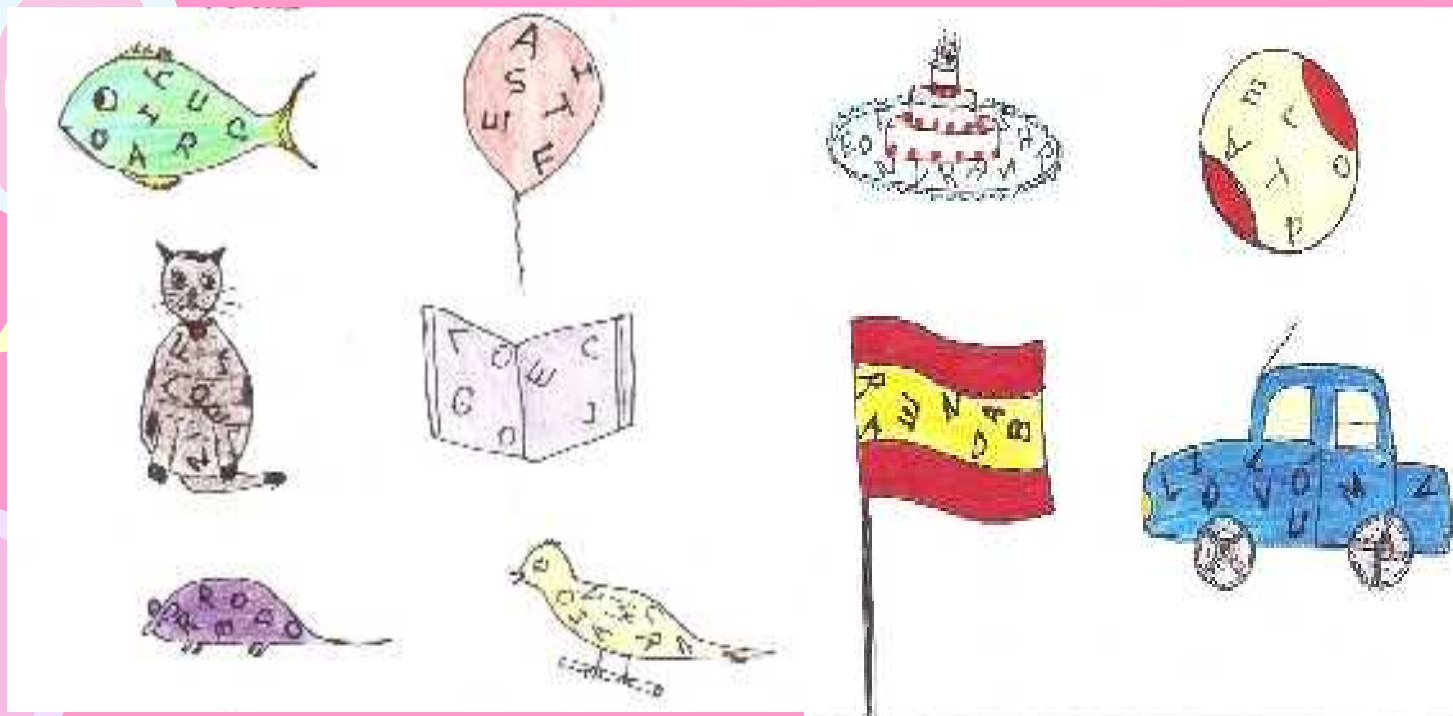
S	U	E	R	O	M	L	A	S	O	T	U
A	R	S	O	A	F	E	I	T	S	O	A
T	R	A	N	S	F	U	S	I	O	N	I
E	S	N	P	A	Z	C	G	N	T	X	F
U	V	G	E	M	A	O	E	Y	S	B	A
Q	I	R	Z	S	O	C	M	G	A	I	R
A	H	E	M	A	T	I	E	S	L	O	G
L	A	Y	A	L	U	T	N	A	B	P	U
P	O	A	E	P	N	O	L	S	I	S	I
S	A	N	A	L	I	S	I	S	A	I	D
H	U	S	P	I	A	L	W	U	A	A	
O	Z	O	I	R	O	V	R	E	S	E	R

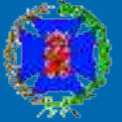
HOSPITAL
HEMATÍES
PLAQUETAS
LEUCOCITOS
SUERO
TRANFUSIÓN
RESERVORIO
ANÁLISIS
RADIOGRAFÍA
BIOPSIA
BLASTOS
PLASMA
SANGRE



Busca las palabras de los dibujos

IDEOGRAMAS





EDITA

Ilustre Colegio Oficial de Enfermería de Jaén

C/. Sefarad, 42-1º D y bajo

23006 JAÉN

Tel. 953 295 960

Fax 953 295 961

E-mail: coleg@enfermeriajaen.com

<http://www.enfermeriajaen.com>

Imprime

ImprentÁvila

E-mail: info@imprentavila.com

I.S.B.N.

Pendiente Registro

Depósito Legal

J-869-2012





**Ilustre Colegio Oficial
de Enfermería de Jaén**

