



los deseos: el niño que juega recrea su propia vida, corrigiéndola según su idea de la misma, reviviendo sus placeres o sus conflictos, resolviendo, compensando y completando la realidad mediante la ficción”. Cárdenas, A. (2011)

4. A través del juego el individuo se construye, socializa con otros, conoce el medio en el que habita, y aprende a interactuar con él: el juego le ayuda al niño a convertirse en un ser social, a encontrar y ocupar un lugar en su familia y en su comunidad, y a aprender pautas, normas y valores culturales esenciales.
5. El juego colectivo le ayuda al niño a relacionarse con otros, a desarrollar valores como la amistad, la solidaridad, el respeto y la tolerancia.
6. Le ayuda a tener autonomía, aceptar opiniones o acciones de sus semejantes, interiorizar reglas, respetar turnos y compartir objetivos.

## LOS JUGUETES

Los juguetes son fundamentales; el acceso a juguetes variados y adecuados para la edad, propicia el desarrollo de la inteligencia, estimula las capacidades sensoriales, favorece la expresión y el trámite adecuado de emociones, promueve el enriquecimiento del vocabulario, el desarrollo de habilidades de comunicación, entre otros aspectos fundamentales.

Recomendaciones generales sobre los juguetes:

- Los juguetes no sustituyen una adecuada interacción entre el adulto y el niño, sin embargo, pueden convertirse en un complemento para establecer las relaciones de juego.
- Tenga en cuenta que el niño también puede jugar con elementos sencillos como piedras, palos, cajas, entre otros.
- Procure que las superficies sean fáciles de limpiar, especialmente para los más pequeños que se llevan los juguetes a la boca.
- Antes de que los niños usen los juguetes compruebe que sean seguros y adecuados para la edad.

Etapas	Tipos de juguetes
<b>Nacimiento a los 6 meses:</b>	Juguetes llamativos que estimulen la audición, la observación y la manipulación. Juguetes con diferentes formas, texturas y colores, sonajeros, muñecos de goma, llamadientes.
<b>7 – 12 meses</b>	El bebé empieza a explorar, a sentarse, a gatear, a caminar. Necesita juguetes que estimulen el desarrollo sensorio-motriz y la coordinación como pelotas, juguetes sonoros, andadores.
<b>13-18 meses</b>	Se intensifica la actividad motriz. Hay que brindar autonomía, dejarlo caminar libremente e interactuar con pares. Juguetes como cubos para encajar, juguetes simbólicos, cochecitos que puedan arrastrar.
<b>19-24 meses</b>	El niño empieza a descubrir su entorno, aumenta su capacidad expresiva y el aprendizaje por imitación. Juguetes que estimulen el lenguaje y la imaginación como animales, muñecos, juegos de roles.
<b>2-3 años</b>	A esta edad se adquiere mayor control sobre el cuerpo, por lo tanto busca reafirmar su independencia, tiene mayor capacidad de lenguaje y de expresar deseos, participa en juegos de otros. Triciclos, carros, muñecos, instrumentos musicales, juegos de construcción, simbólicos.
<b>3-5 años</b>	Juguetes que fomenten múltiples habilidades y destrezas. Juegos sociales y de reglas tales como dominó de figuras, rompecabezas, plastilina, títeres.
<b>6-8 años</b>	Juegos que fomenten las habilidades sociales, cognitivas, y motrices y el alcance de objetivos: actividades manuales, de experimentos, juegos físicos de grupo, patines, bicicletas, pelotas.
<b>9-12 años</b>	Se disminuye el interés por el juego simbólico y se resalta el del juego con reglas o juegos de estrategia.
<b>A partir de los 12 años</b>	Se desarrollan las aficiones personales, deportivas, los juegos de competencias. El interés se centra en la música, los videojuegos y los libros.



## EL NIÑO EN LA HOSPITALIZACIÓN Y LOS BENEFICIOS DEL JUEGO

---

Aunque la hospitalización convierte al niño en un paciente, éste sigue siendo un niño. Si bien la enfermedad y la hospitalización no reducen o eliminan sus necesidades habituales de desarrollo físico, psíquico, social e intelectual, éstos sí limitan considerablemente su satisfacción.

### IMPACTO DE LA HOSPITALIZACIÓN EN EL NIÑO

---

En este sentido, son diversos los impactos que la hospitalización tiene para el niño y su familia:

1. Interrumpe su vida cotidiana.
2. Produce una separación del entorno familiar, social y escolar.
3. Surgen emociones que podrían ser nuevas e incomprensibles para el niño y su familia, tales como el miedo, la angustia, y el estrés. A estas emociones se suman el malestar físico, los efectos secundarios de los medicamentos, los dolores y/o la inmovilidad provocados por la propia enfermedad, y las molestias que generan los procedimientos médicos.
4. Modifica su rutina. Por ejemplo:
  - a. Horarios de alimentación y la dieta.
  - b. Horarios de sueño dadas las interrupciones constantes durante la noche.
  - c. Las horas para el baño pueden variar de un día a otro.

Estos cambios afectan emocionalmente al niño y generan actitudes desfavorables que dificultan la adherencia satisfactoria al tratamiento e impiden un adecuado proceso de adaptación al medio hospitalario.

### IMPACTO DE LA HOSPITALIZACIÓN EN LA FAMILIA

---

Las hospitalizaciones constantes o de larga duración generan cambios y desequilibrios en las rutinas familiares:

1. Habitualmente uno de los padres, generalmente la madre, se ausenta del hogar por largos periodos de tiempo y asigna el cuidado de los hijos a otras personas.
2. Con frecuencia, los vínculos del cuidador con sus demás hijos o con el cónyuge se ven afectados.

3. Es posible que los hijos que quedan en casa comiencen a demandar más atención de la habitual, presentando conductas propias de una edad inferior a la que tienen, como: pataletas, celos, o incluso deseo inconsciente de enfermar.



### IMPACTO SOCIAL

---

A nivel social, también se presentan rupturas:

1. Si las hospitalizaciones se vuelven frecuentes, el niño pierde contacto con su contexto escolar y grupo de amigos.
2. Esta desconexión termina por reforzar la pérdida de autonomía, y el sentimiento de aislamiento y de tristeza.

### Beneficios del Juego

1. Si el juego en cualquier ambiente es un beneficio, en un contexto hospitalario es aún más reparador.
2. El juego le ayuda al niño a escapar transitoriamente de su realidad, logrando un efecto terapéutico. En palabras de Ablon (1966), "Cuando el niño juega, queda atrapado por su creación y sumergido en un mundo de fantasía, que le permite un escape transitorio de la realidad; cuando esta realidad es amenazante, como ocurre en el contexto hospitalario, la intervención lúdica cumple un papel significativo para aliviar la tensión y elaborar los miedos y fantasías: "el juego implica un sentido de libertad y riesgo, que permite un alivio temporal con la carga de la realidad". Tallis, J. (2012)
3. El juego cumple una función lúdica y terapéutica, pues ayuda al paciente a desarrollar estrategias de afrontamiento adaptativas que contribuyen a su recuperación y a la reducción de la ansiedad y el estrés.

4. El juego brinda herramientas para manejar conductas frecuentes que emergen en la hospitalización, tales como el mutismo, la agresividad y las manifestaciones de frustración e incomodidad.

Recuerde: el juego en una situación de enfermedad se puede convertir en un aliciente para:

- a. Movilizar positivamente a los pacientes.
  - b. Garantizar la estimulación de sus capacidades sensoriales.
  - c. Desarrollar sus habilidades sociales.
  - d. Facilitar la expresión de sus emociones.
5. La comunicación con el niño a través del juego es más simple y sencilla, lo que le permite comprender y asimilar mejor su situación.
6. Tanto los pacientes como sus familiares podrían encontrar en el juego un escape a la realidad hospitalaria, que les permite romper con la monotonía, entretenerse, compartir con otros niños hospitalizados y en general, hacer de la hospitalización una experiencia positiva, divertida y promotora de aprendizajes importantes para todos.

## RECOMENDACIONES PARA APROVECHAR EL JUEGO EN EL HOGAR

El juego también se puede aprovechar en el hogar. Es frecuente que, por causa de las preocupaciones diarias, los adultos olviden que ellos también pueden disfrutar del juego y compartir con sus hijos todos sus beneficios.

Tenga presente que el juego favorece el encuentro, la unión familiar y la creación y el fortalecimiento del vínculo afectivo. A través de este, se posibilita en todo momento el aprendizaje y se transmite conocimiento; las posibilidades no tienen límites, lo único que se necesita es creatividad e imaginación.

Para compartir un espacio de juego con los niños en el hogar y en el hospital, lo más significativo es la apertura y la disposición para vivirlo plenamente, y para alejarse voluntariamente de los distractores del mundo adulto (celulares, trabajo, etc.).

### Le recomendamos

Dedicar un tiempo específico para sumergirse completamente en el juego, manteniendo una presencia y una apertura emocional total que le permita conectarse con todo lo que implica jugar: crear, ensuciarse, seguir reglas o construirlas, escuchar activamente a su hijo, entre otras.

Respetar las preferencias de juego del niño sin imponer las suyas, dejar de lado sus expectativas, no cortar la imaginación de su hijo y creer que en el juego todo es posible.

Recuerde que jugar no es una pérdida de tiempo, y que es fundamental en el desarrollo de los niños. ¡No espere a llegar a una situación de hospitalización para compartir tiempo con su hijo!.

## Comité Editorial

- |                         |                            |                                |                                    |
|-------------------------|----------------------------|--------------------------------|------------------------------------|
| • Dra. Marcela Granados | • Dra. Zamira Montoya      | • Dr. Luis Alberto Escobar     | • ND. Martha Ligia López de Mesa   |
| • Dra. Diana Prieto     | • Dr. Jaime Orrego         | • Dr. Milton A. Jojoa          | • Enfermera Ma. Elena Mosquera     |
| • Dr. Jorge Madriñán    | • Dr. César Augusto Arango | • Dr. Fernando Rosso           | • Enfermera Julia Alba Leal        |
| • Dr. Harry M. Pachajoa | • Dra. Katherine Perea G.  | • Comunicadora, Vanessa Anturi | • Diseñadora, María Isabel Sánchez |

Los conceptos y opiniones contenidos en los artículos de la Carta de la Salud, corresponden únicamente al de los autores y editorialistas. Esta publicación pretende mejorar su información en temas de la salud en general. Las inquietudes que se relacionen con su salud personal, deben ser consultadas y resueltas con su médico.

Dirección: Cr. 98 # 18-49 - Tel: 331 9090 - Santiago de Cali

E-mail: [cartadelasalud@fvf.org.co](mailto:cartadelasalud@fvf.org.co) • Citas: [centraldecitas@fvf.org.co](mailto:centraldecitas@fvf.org.co)

Versión digital disponible en [www.valledellili.org/cartadelasalud](http://www.valledellili.org/cartadelasalud)

Diagramación: Paola Valencia Muñoz

Síguenos en:  [fvfcali](#)  [fvftv](#)  [@FVFCali](#)

Esta publicación de 40.000 ejemplares, es cortesía de:



**El País**

**FUNDACIÓN  
VALLE DEL LILI**  
*Excelencia en Salud al servicio de la comunidad*