

## Actividades para Niños en Reposo en Cama por Edad

### Play activities for Children on Bed Rest - Spanish

Cuando los niños necesitan reposo en cama después de una enfermedad, cirugía o lesión, es importante mantenerse ocupados con actividades que sigan las recomendaciones de su proveedor.

### Edades 0 a 3

- Móviles
- Juguetes de mano para bebés
- Pelotas de tela para lanzar y atrapar
- Burbujas
- Títeres
- Escuchar música y bailar con los brazos
- Libros y videos
- Espejos
- Gimnasios de juego
- Pasear en un vagón con lados

### Edades 4 a 6

- Pintura facial
- Carros, camiones y figuras de acción
- Tablero de fieltro
- Linternas
- Piano Casio
- Pintura en bolsa (aplastar pintura de dedos en bolsas Ziplock)
- Cuerda loca (silly string)
- Decorar yesos con marcadores o calcomanías
- Tableros magnéticos, Magnadoodle

## Edades 7 a 13

- Lanzamiento de bolsas de frijoles
- Carros a control remoto
- Juegos electrónicos portátiles
- Hacer móviles para decorar el techo
- Usar caballetes para arte y proyectos escolares
- Dibujar con tiza, Colorforms, Etch-a-Sketch
- Dejar que el niño ayude a programar actividades diarias
- Planear un viaje imaginario (incluir accesorios y disfraces)
- Crear un álbum de recortes
- Baloncesto Nerf y dardos con cuerdas para recuperarlos
- Hacer "adornos" de semillas para aves (mantequilla de maní y semillas en piñas) para colgar fuera de la ventana del niño
- Conseguir un pez para observar

## Edad 13 y más

- Caballete para proyectos escolares o de arte
- Acceso al teléfono para llamar a amigos
- Escribir cartas
- Hacer pulseras de amistad
- Crucigramas y sopas de letras
- Pintar con pintura para tela una camiseta grande para usar sobre el yeso
- Diario, cuaderno o álbum de recortes
- Videos, libros, juegos electrónicos
- Computadora portátil
- Decorar el yeso
- Tableros de borrado en seco y marcadores
- Grabar historias/canciones (con su propia voz)
- Walkie Talkie
- Invitar amigos a visitar

Esta información es solo con fines educativos. No pretende reemplazar el consejo de sus proveedores de atención médica. Si tiene alguna pregunta, hable con su médico u otros miembros de su equipo de atención médica.

Si usted es paciente de Gillette y tiene preguntas o inquietudes urgentes, comuníquese con Telehealth Nursing al 651-229-3890.