

“CÓDIGO ARCOÍRIS”: Estrategia de enfermería para reducir el miedo infantil en urgencias pediátricas

Ziorraga Ciria Nerea, García García Alba, Abad Aparicio Sara

Color del código	Nivel emocional del niño	Intervención sugerida
 Azul	Tranquilo, curioso	Mantener tono amable, explicar lo que se va a hacer.
 Verde	Leve inquietud	Permitir que toque el material, ofrecer elección (“¿te pongo esta o esta tirita?”).
 Amarillo	Miedo visible	Usar distracción visual, burbujas, marioneta, dibujo o canción.
 Naranja	Llanto / resistencia	Bajar tono de voz, acercarse físicamente, usar contacto terapéutico.
 Rojo	Pánico o bloqueo	Detener la acción, permitir presencia familiar, disminuir estímulos.

Introducción

El miedo infantil en urgencias dificulta la colaboración del niño, incrementa el estrés familiar y complica la labor sanitaria.

Objetivo

Diseñar una estrategia visual y emocional que permita al personal de enfermería identificar el miedo, aplicar intervenciones sencillas y reducir la ansiedad del niño.

Métodos

Implementación del “Código Arcoíris”, un sistema visual por colores para identificar el miedo infantil en niños de 3 a 12 años en urgencias pediátricas. Incluye intervenciones enfermeras sencillas (comunicación, distracción y control ambiental) y una breve formación en comunicación empática.

Duración

Proyecto piloto de **3 meses**

Resultados esperados

Identificación temprana del miedo infantil

Disminución del llanto y la resistencia a procedimientos

Mejora de la comunicación con las familias

Ambiente asistencial más tranquilo

Mayor satisfacción del personal de enfermería

El **Código Arcoíris** se presenta como una herramienta:

✓ sencilla

✓ adaptable

✓ de bajo coste

Con potencial para fomentar una **atención más humanizada**, centrada en las **necesidades emocionales del niño** y facilitar la actuación enfermera en urgencias pediátricas.