



ACTUALIDAD MÉDICA

LOS CUENTOS; UN ALIVIO DEL DOLOR EN LA UCI

Para acompañar mejor a los niños ingresados, el Hospital Universitario Dexeus de Barcelona ha creado la Biblioteca de los sueños, un espacio en el que sus padres y hermanos pueden elegir un libro para leerles mientras están en la UCI neonatal o la pediátrica. Se ha comprobado que 30 minutos de lectura elevan los niveles de oxitocina –una sustancia relacionada con el bienestar– y bajan los del cortisol. El pequeño siente menos angustia, lo que disminuye la percepción del dolor. Esto beneficia a los prematuros, a los niños y también a los familiares al participar en el cuidado de su pequeño. ■

