

Control del dolor (Pain management)



El control del dolor es un componente importante en el tratamiento de su hijo. Trabajaremos con usted y su hijo para prevenir o disminuir su dolor siempre que sea posible.

Su hijo tiene el derecho a:

- Recibir atención para prevenir o disminuir el dolor.
- Que le digan la verdad sobre su dolor.
- Decir a otras personas que tiene dolor y lo que le ayudaría a sentirse mejor.
- Llorar o protestar cuando algo le duele o algo le molesta.
- Que le contesten las preguntas con palabras que pueda entender.
- Que su cama sea un lugar seguro, en la medida de lo posible.
- Observar durante los procedimientos, si así lo desea.
- Estar con uno de sus padres o cuidador cuando tiene dolor, siempre que sea posible.

Lo que usted puede hacer para que podamos ayudar a su hijo:

- Informarnos tan pronto sienta dolor.
- Preguntar al médico o enfermera sobre lo que se puede esperar del dolor.
- Preguntar sobre el plan de tratamiento del dolor de su hijo.
- Informarnos qué cosas ayudaron a aliviarle el dolor antes.
- Informarnos lo que considera que podemos hacer para ayudar a su hijo.
- Informarnos si no funciona lo que estamos haciendo.
- Colaborar con el equipo de atención para probar métodos que ayuden a aliviar el dolor de su hijo.
- Decirnos si tiene alguna pregunta o inquietud.

Cómo nos damos cuenta de que su hijo tiene dolor:

- Escuchamos lo que dice su hijo.
- Observamos lo que hace su hijo.
- Observamos los cambios en el cuerpo de su hijo.
- Hablamos con usted acerca de lo que observamos.

Usamos diferentes «métodos» (maneras para medir el dolor) para ayudar a su hijo a explicarnos su dolor.

- Para los bebés y los niños más pequeños, usamos métodos que nos ayudan a reconocer las señales de dolor. Pida a la enfermera que le muestre el método está usando con su hijo.
- Para los niños mayores, usamos métodos en los que el niño debe calificar su dolor entre 0 y 10 (0 indica que no tiene dolor y 10 indica el peor dolor posible).

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Control del dolor, continuación

Ayúdenos a detectar cambios en el comportamiento de su hijo, tales como:

- Lloro o llorisquea
- Se agarra, toca, protege o frota el área del cuerpo que le duele
- Habla menos o está callado
- Duerme más o menos de lo habitual
- Come menos
- No quiere moverse
- Hace gestos de dolor (muecas)
- Transpira
- Respira superficialmente o sostiene la respiración

Lo qué hacemos para ayudar:

Preparar a su hijo antes de un procedimiento doloroso

El equipo de atención médica puede dar a su hijo una explicación cuidadosa sobre lo que puede esperar. Esto genera confianza y puede disminuir el dolor. Usted también puede:

- Alentarlo a que haga más preguntas.
- Hacer que su hijo se sienta en control de la situación siempre que sea posible. Puede decirle, por ejemplo: «¿Prefieres sentarte en el regazo de mamá o en la cama?»
- Pida a la enfermera que llame a un especialista en atención emocional pediátrica (Child life) para que hable con su hijo.

Utilice el juego y la relajación

El juego y la relajación ayudan a su hijo a no pensar en el dolor. El equipo de atención médica utiliza estrategias como el juego, la distracción y la relajación con los niños. Puede probar lo siguiente:

Bebés

- Mecerlos o cargarlos en brazos
- Amamantarlos o utilizar sacarosa durante los procedimientos dolorosos
- Envolverlos en una manta (*swaddling*)
- Hacer contacto piel con piel (método madre canguro)
- Cantarles o escuchar música
- Usar palabras o sonidos suaves
- Darles un masaje suave
- Darles un chupete
- Mostrarles su juguete favorito
- Bajar la intensidad de la luz, el ruido y otras estimulaciones externas

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Control del dolor, continuación

Niños en edad de gateo u edad preescolar

- Mecerlos o cargarlos brazos
- Cantarles o escuchar música
- Contarles cuentos
- Ver videos o la televisión
- Hacer burbujas
- Mostrarles libros con dibujos que salen de las páginas
- Jugar con juguetes

Niños en edad escolar y adolescentes

- Hablar sobre qué cosas le ayudaron antes con el dolor
- Respirar a fondo y despacio
- Ver videos o la televisión
- Jugar con juegos electrónicos
- Escuchar música
- Imaginarse que están en su lugar favorito

Medicamentos para el dolor

Hay muchos medicamentos que ayudan a aliviar el dolor. El equipo de atención médica puede administrárselos de diferentes maneras. Pregunte al médico qué medicamento es mejor para su hijo. Avise a la enfermera o médico si tiene preguntas o alguna inquietud sobre el medicamento de su hijo.

Usted conoce a su hijo mejor que nadie. Avísenos si hay algo más que podemos hacer para aliviar el dolor de su hijo.

Esta hoja informativa contiene sólo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.