

## COMPRESIÓN DEL DOLOR

Asumimos el compromiso de trabajar con usted y su hijo para que su hijo se sienta lo más cómodo posible. Es importante tratar el dolor lo antes posible, ya que puede ser más difícil de controlar si se torna grave. El tratamiento con frecuencia implica hacer más de una cosa para aliviar el dolor. Trabajaremos con usted para ayudarlo a saber qué debe esperar y a desarrollar el mejor plan para prevenir y controlar cualquier dolor que su hijo pueda tener.

### ¿Qué es el dolor?

El dolor es un mensaje útil que les permite a las personas saber que algo está mal en su cuerpo y necesita atención. La mayor parte del dolor es temporal, y desaparece cuando se cura el problema. El dolor puede hacer que sea difícil comer, descansar, jugar y dormir. Tiene efectos físicos y psicológicos reales que pueden retrasar la recuperación. Es importante mantener la intensidad del dolor lo más baja posible para lograr la curación y comodidad.

### ¿Cuáles son los signos y síntomas del dolor?

Todos los niños responden al dolor de manera diferente. Es posible que su hijo no muestre signos o que actúe de manera diferente cuando siente dolor. Puede llorar, hacer muecas o mover su cuerpo de determinada manera. Su hijo también podría estar muy callado y quieto porque tiene miedo de moverse o tiene menos energía. Los bebés y los niños que no hablan algunas veces están fastidiosos, tienen dificultad para dormir o no tienen hambre cuando sienten dolor. Los niños que pueden hablar pueden describir su dolor de muchas maneras, como algo dolorido, agudo, sordo, ardiente, pulsante, una presión o algo palpitante.

### ¿Cómo sabrán los médicos y enfermeros cuánto dolor tiene mi hijo?

Los médicos y enfermeros de su hijo le preguntarán con frecuencia a su hijo dónde y cuánto le duele. Usan una “escala de dolor” para medir la cantidad de dolor que tiene su hijo.

Usted también puede usar estos métodos para medir el dolor de su hijo y ayudarlo a comunicar su dolor al equipo médico.

<b>Edad de desarrollo: &lt; 1 año</b>	<b>Edad de desarrollo: 1 a 3 años</b>	<b>Edad de desarrollo: 3 a 7 años</b>	<b>Edad de desarrollo: &gt; 7 años</b>
Mediremos el dolor de su bebé en función de sus movimientos, comportamiento y signos vitales.	Mediremos el dolor de su hijo en función de sus movimientos, comportamiento y signos vitales.	Le pediremos que señale una imagen de una cara para decir cuánto dolor siente.	Si su hijo puede entender números, le pediremos que califique su dolor en una escala del 0 al 10 (0 significa ningún dolor y 10 significa el peor dolor posible).

Hacer un seguimiento del dolor de su hijo con una escala de dolor ayuda al equipo de asistencia médica a determinar qué tratamiento será mejor para controlar este dolor.

## **¿Cómo se trata el dolor?**

Hay muchas cosas que pueden ayudar en el tratamiento del dolor. Su equipo de asistencia médica trabajará con usted y su hijo para encontrar la mejor combinación. Los tratamientos posibles incluyen:

- Medicamentos.
- Distracción.
- Masajes.
- Entrenamiento en relajación.
- Música.
- Posición.
- Envolverlo en mantas.
- Amamantar.

Tal vez no sea posible eliminar todo el dolor, pero el equipo que asiste a su hijo usará uno o más tratamientos para reducir el dolor en la mayor medida de lo posible.

## **¿Cómo trabajaremos juntos?**

Díganos cuándo y dónde su hijo siente dolor. Trataremos el dolor y luego verificaremos con usted y su hijo si el tratamiento fue eficaz. A continuación presentamos más ideas que lo ayudarán a trabajar con nosotros para que su hijo se sienta más cómodo.

- Hable con los médicos y enfermeros de su hijo y hágales preguntas. Algunas cosas que podría preguntarles son:

- o ¿Cuánto dolor debe esperar tener mi hijo y durante cuánto tiempo?
- o ¿Qué clase de tratamiento le darán a mi hijo para aliviar el dolor?
- o ¿Hay algo que puedan hacer para que un procedimiento sea menos doloroso?

- Pídale a un enfermero o un médico alivio para el dolor cuando el dolor comience a aparecer.
- Aprenda cómo miden el dolor los médicos y enfermeros de su hijo.
- Comuníquese al equipo de asistencia médica la experiencia anterior de su hijo con el dolor y qué fue lo que más sirvió de ayuda.
- Si su hijo tiene necesidades especiales o no puede comunicarse por sí solo, los proveedores le pedirán a usted información adicional.

## **¿Qué pueden hacer los padres para ayudar a su hijo a controlar el dolor?**

Usted es una persona importante que puede ayudar mientras tratamos el dolor de su hijo. Le recomendamos que intente varias cosas para averiguar qué es lo que da mejor resultado para usted y su hijo.

- Traiga música y un juguete o una manta favoritos para aliviar a su hijo.
- Háblele a su hijo con voz reconfortante (una voz pausada y más serena generalmente tiene un efecto calmante).
- Acaricie o masajee la cara, los brazos, los pies u otras partes del cuerpo de su hijo.
- Acune a su hijo, sosténgalo o llévelo en brazos.
- Si su hijo es bebé, dele algo para succionar, como un chupete.
- Distraiga a su hijo con juegos, juguetes, televisión o películas.
- Ayude a su hijo a encontrar una posición más cómoda.

## Recursos adicionales de ayuda

- Los especialistas en vida infantil son personas que pueden ayudar a su hijo a prepararse para procedimientos dolorosos y sobrellevar el dolor a través de juegos médicos, actividades y distracción. Llame al (650) 497-8336.
- El Servicio de Control del Dolor (*Pain Management Service*) puede proporcionar muchas clases diferentes de tratamiento del dolor. Hable con su médico sobre las necesidades de su hijo y el Servicio de Control del Dolor.
- El Centro de Recursos para Familias (*Family Resource Center*) está ubicado en el tercer piso del hospital y tienen muchos recursos útiles sobre el dolor, que incluyen libros, cintas de relajación, música y películas que puede consultar. Llame al (650) 497-8102.