

# Ayudando a su niño a tomarse los medicamentos

## Sugerencias y trucos

Este volante le ofrece información para ayudarle a que su niño tome el medicamento. Éstas son ideas que han dado resultado para los padres, los que atienden al niño y los niños. ¡Esperamos que también les sirvan a ustedes!



### **Cómo hablar con su niño acerca de tomar el medicamento**

Lo mejor es hablar con su niño de una manera simple y honesta para ayudarle a entender el por qué tiene que tomar medicamento.

- Refiérase al medicamento por su nombre y explíquelo lo que va a hacer.
- Prepárelo por adelantado antes que deba tomar el medicamento.
- Cuando le dé el medicamento a su niño, mantenga una actitud positiva. Su niño siente cuando usted espera una reacción por parte de él. Si siente que usted espera que él ayude, habrá más posibilidad de que ayude y coopere.
- Haláguelo y abrázelo cuando se haya tomado el medicamento.

### **Ayude a que su niño se sienta en control**

Cuando su niño está enfermo es difícil que se sienta con control acerca de su vida. Esto es difícil para los niños y es importante que haga lo que pueda para darle la oportunidad de que decida acerca de lo que le pasa. Es importante explicarle que algunas cosas él no puede decidir, tal como el tomar el medicamento. Pero hay algunas cosas sobre las cuales puede tener control, por ejemplo *cómo* tomar el medicamento. Es importante que lo deje escoger cuando sea posible.

## Cómo ayudar a su niño que tome el medicamento

---

A continuación algunas maneras de cómo le puede dar a su niño opciones acerca de tomar el medicamento:

- Ayude a su niño a crear un plan de cómo se tomará el medicamento y anote el plan. Si él participa en hacer el plan es más fácil que lo lleven a cabo.
- Practique el plan escrito una y otra vez.
- Anime a su niño a que pretenda que le da el medicamento a un muñeco, una marioneta o un animal de peluche. Esto se llama "el juego de la medicina" y su niño puede practicar momentos antes de que se tome el medicamento y en otras ocasiones.
- Como parte del horario y rutina diaria mantenga "tiempo para el medicamento". Esto ayuda a que su niño se prepare y se sienta listo para tomar el medicamento. Ayude a su niño de edad preescolar o niño pequeño crear una página con las recompensas o calcomanías que ha recibido demostrando su progreso.
- Si el niño es de 3 años de edad o mayor, haga que participe en alistar el medicamento y tomarlo. Usted puede ayudarlo. Evite que su niño se tome el medicamento por su cuenta.
- Sea creativo y colabore con su niño para encontrar maneras nuevas para que se tome el medicamento.

## Cómo lograr que sea más fácil tomar el medicamento

A continuación algunos ejemplos para facilitar que su niño tome su medicamento. Recuerde dejar que participe su niño siempre que pueda, para ayudarle a que sienta que tiene algo de control.

Antes de que pruebe cualquiera de estas ideas, es muy importante que consulte con el farmacéuta de su niño. Algunos medicamentos no se pueden mezclar con algunos alimentos o no se pueden tomar con algunos líquidos.

## Cómo lograr que el medicamento sepa mejor

Algunos medicamentos líquidos son amargos y es más difícil tomarlos. Pruebe estos consejos si su niño tiene dificultad en tomar el medicamento líquido:

- Pregúntale a su farmacéuta o al médico si puede agregarle **FLAVORx**. Los farmacéutas lo pueden agregar a algunos tipos de medicamentos para mejorar el sabor.
- Pruebe usando una jeringa sin la aguja. Solicítele al farmacéuta o proveedor de atención médica de su niño que le proporcionen una jeringa para medicamentos líquidos.
- Su niño no notará tanto el sabor del medicamento si primero come algo frío. Pruebe dándole paleta helada o pedacitos de hielo.
- Mezcle el medicamento con algún sabor fuerte. Pruebe polvo de Kool-Aid®, chocolate líquido, jarabe de maple, jarabe de cereza o cualquier otro jarabe con sabor. Pídale a su niño que ayude a mezclar con el medicamento para que se sienta incluido en el proceso.

## Cómo ayudar a su niño que tome el medicamento

---

- Puede quitar el mal sabor del medicamento logrando que su niño tome rápidamente jugo después del medicamento. Puede también ayudar el chupar una paleta de dulce.
- Déle a su niño algo pegajoso que le cubra la lengua antes de darle el medicamento. Pruebe dándole jarabe de maple.
- Permita que su niño escoja por sí mismo cómo quiere tomar el medicamento.

## Cómo administrar medicamentos en forma de polvo o molidos

Sirve de ayuda cubrir el sabor el mezclar las píldoras molidas o el medicamento en polvo con comida o jugo. Pruebe alguno de estos consejos:

- Compre un molidor de píldora en su farmacia local o muele las píldoras entre dos cucharas.
- Trate de mezclar las píldoras molidas con alimentos tal como puré de manzana, yogur, nieve, pudín o helado. Pruebe líquidos tal como almíbar de cereza, jugo de naranja o jugo concentrado congelado de frambuesas.
- Para los alimentos suaves mencionados anteriormente, pídale a su niño que practique tragar sin masticar, pequeñas cantidades antes de agregar el medicamento.
- Para los jarabes, puede disolver las píldoras molidas en una cuchara con un poco de agua y agregar el jarabe en la cuchara.
- Para los jugos, le puede agregar las píldoras molidas a una pequeña cantidad de jugo y después tomar una bebida que escoja su niño.

## Cómo enseñarle a su niño tragar píldoras

Es difícil aprender el tragar píldoras. Su niño puede empezar a tratar de tragar píldoras si tiene 5 años de edad o mayor. A continuación consejos para facilitarlos:

- Las cápsulas se presentan en distintos tamaños y se puede administrar para quitar el mal sabor de las píldoras. Pídale al proveedor de atención médica de su niño o al farmacéuta que le proporcionen cápsulas vacías. Antes de llenar la cápsula con la píldora o con la píldora molida pruebe darle para practicar la cápsula vacía o llena de azúcar.
- Meta la cápsula rápidamente en agua con hielo antes de que se la trague su niño. Esto logrará que la cápsula esté resbalosa y más fácil para tragar.
- Pídale a su niño que practique tragar píldoras con caramelos pequeños. Primero pídale a su niño que trague un caramelo muy pequeño como los que se agregan a helados. Después pruebe con caramelos un poco más grandes como M&M pequeños o Tic Tac. Nunca deje que su niño trate de tragar caramelos que sean más grandes de una alverja/chícharo o un frijol pequeño. Continúe practicando con las cápsulas llenas de azúcar.
- Coloque la píldora en una cuchara con gelatina o pudín y deje que se deslice en la garganta de su niño.

### Para más información

- Vida del mundo infantil 206-987-3285
- El proveedor de atención médica de su niño
- [www.seattlechildrens.org](http://www.seattlechildrens.org)

### Servicios gratis de interpretación

- Dentro del hospital, solicítelo con la enfermera de su niño.
- Fuera del hospital, llame a nuestra línea gratis de interpretación telefónica 1-866-583-1527. Menciónele al intérprete el nombre de la persona o extensión que necesita.
- Para personas sordas y con problemas de audición 206-987-2280 (TTY).

- Corte la píldora en mitades o en cuartos. Dele a su niño un pedacito para que lo trague de uno en uno.
- Trate de facilitar el tomar la píldora envolviéndola en Fruit Roll-ups.

### Cómo lograr que esté su niño más cómodo mientras toma el medicamento

- Si su niño es de edad preescolar o escolar, siéntelo en su regazo.
- Deje que tenga algo que le haga sentirse más confortable, tal como una cobija o un animal de peluche.

### Si las sugerencias o los trucos no dan resultado

Aún cuando piense que ha probado todo, algunos niños siguen con dificultad para tomar los medicamentos. Un descanso o distracción antes de tomar el medicamento podría calmarlos.

Si eso no da resultado, éstas son cosas que otros padres han hecho cuando el niño tiene mucha dificultad en tomar el medicamento:

- Sea cariñoso pero firme al mismo tiempo. Recuérdele que el tomar el medicamento no es una opción. Hágale saber que usted siente lo difícil que es para él y que espera que sea más fácil en el futuro.
- Pídale a otra persona que le ayude. Coloque a su niño en el regazo de la otra persona, un adulto puede abrazar al niño desde atrás. Puede detener los brazos y la cabeza mientras el otro adulto le administra el medicamento.
- Si su niño no quiere abrir la boca, usted lo puede ayudar presionando el mentón hacia abajo. Puede también colocar el dedo dentro de la boca de su niño cerca del interior de la mejilla y empujar la quijada hacia abajo.
- Ayude a su niño a mantener la boca cerrada hasta que se haya tragado el medicamento. Es mejor si su niño está sentado derecho. Asegúrese que la cabeza de su niño no esté muy inclinada hacia atrás, esto causa dificultad para tragar.

### Referencias:

Centro de recursos para oncología pediátrica, “Cómo lograr que los niños tomen...pildoras: (“How to Get Kids to Take...Pills!”). [www.acor.org/ped-onc/treatment/Pills/pills.html](http://www.acor.org/ped-onc/treatment/Pills/pills.html)

# Helping Your Child Take Medicine

This handout offers tips to help your child take medicine. These are ideas that have worked for parents, caregivers and children. We hope they work for you, too!



## How to talk to your child about taking medicine

It is best to talk with your child in simple, honest language to help them understand why they have to take medicine.

- Call the medicine what it is and explain what it will do.
- Prepare them in advance for when they need to take their medicine.
- When you give your child medicine, keep a positive attitude. Your child can sense it when you expect a certain kind of reaction from them. If they feel you expect help from them, they are more likely to be helpful and cooperative.
- Offer praise and hug your child once they have taken their medicine.

## Help your child feel in control

When your child is sick, it can be hard for them to feel like they have any control over their lives. This can be really hard for kids, and it is important to do what you can to give them some choice in what happens to them. It is important to explain that some things are not a choice, like taking medicine. But there are some things that they can have some control over, like *how* they get to take their medicine. It is important to give your child choices whenever it is possible.

Here are some ways that you can give your child choices about taking medicine:

- Help your child make a plan about how they will take their medicine, and write the plan down. If they are involved in making the plan, it can be easier for them to stick to it.
- Practice the written plan over and over.
- Encourage your child to pretend to give medicine to a doll, a puppet or a stuffed animal. This is called “medical play,” and your child can practice it right before they take their medicine and at other times.
- Make “Medicine Time” a part of a daily schedule and routine. This helps your child get ready and feel prepared to take medicine. Help your pre-school or young school age child to make a reward or sticker chart to help keep track of their progress.
- If they are 3 years old or above, involve your child in getting their medicine ready and taking it. You can help them. Always avoid leaving children alone to take their medicine.
- Be creative and work with your child to find new ways for them to take medicine.

### **How to make medicine easier to take**

Here are some examples of how to make it easier for your child to take their medicine. Remember to involve your child whenever you can, to help them feel like they have some control.

Before you try any of these ideas, it is very important to check with your child’s pharmacist. Some medicines may not be able to be mixed with or taken with certain kinds of food or liquid.

### **How to make liquid medicine taste better**

Some kinds of liquid medicines are bitter and can be hard to take. Try these tips if your child has a hard time taking liquid medicine:

- Ask your doctor or pharmacist about using FLAVORx. Pharmacists can add this to some kinds of medicines to make them taste better.
- Try using a syringe without a needle in it. Ask your pharmacist or healthcare provider about getting a liquid medicine syringe.
- Your child will not taste the medicine as much if they first eat something cold. Try popsicles or ice chips.
- Mix the medicine with a strong flavor. Try Kool-Aid powder, chocolate syrup, maple syrup, cherry syrup or other flavored syrups. Have your child help with mixing the medicine to include them in the process.
- Take away the aftertaste of the medicine by having your child quickly drink juice afterwards. Sucking on a lollipop might also help.
- Give your child something sticky that will coat their tongue before giving them medicine. Try maple syrup.
- Let your child make their own choices about how they want to take the medicine.

### **How to give crushed or powdered medicines**

Mixing crushed pills or powdered medicine with food or juice can help mask the taste. Try some of these tips:

- Buy a pill crusher at your local drug store or pharmacy, or crush pills between two spoons.
- Try mixing crushed pills with foods like applesauce, yogurt, sherbet, pudding or ice cream. Try liquids like cherry syrup, orange juice, grape juice or frozen raspberry juice concentrate.
- For the soft foods that are listed above, have your child practice swallowing small amounts without chewing before adding medicine.
- For syrups, you can dissolve crushed pills in a spoon with a little water and add syrup right into the spoon.
- For juices, you can add crushed pills to a small amount of juice, and then follow it with a drink that your child chooses.

### **How to teach kids to swallow pills**

Learning how to swallow pills can be hard. Your child can start trying to swallow pills if they are 5 or more years old. Here are tips to make it easier to learn how:

- Gel caps come in many sizes, and can be used to help take away the bitter taste of pills. Ask your child's healthcare provider or pharmacist for gel caps. Before filling gel caps with a pill or a crushed pill, try giving them empty or filled with sugar to practice.
- Quickly dip the gel cap in ice water before giving it to your child to swallow. This will make the coating very slippery and easier to swallow.
- Have your child practice swallowing pills by starting with small candies. First, have your child swallow a very small piece of candy, like one of the sprinkles that you put on ice cream. Then use candies that are just a little bigger, like M&M's Minis and Tic Tac candies. Never have your child swallow candy that is larger than a pea or a small bean. Work up to practicing with gel caps filled with sugar.
- Put the pill in a spoonful of Jell-O or pudding and let it slide down your child's throat.
- Cut the pill into halves or quarters. Give your child one piece at a time to swallow.
- Try making pills easier to take by wrapping them in small pieces of Fruit Roll-Ups.

### To Learn More

- Child Life  
206-987-3285
- Your child's  
healthcare provider
- [www.seattlechildrens.org](http://www.seattlechildrens.org)

### Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your child's nurse.
- From outside the hospital, call the toll-free Family Interpreting Line 1-866-583-1527. Tell the interpreter the name or extension you need.
- For Deaf and hard of hearing callers  
206-987-2280 (TTY)

## How to make your child comfortable when taking medicine

- If your child is pre-school or young school age, hold them sitting up in your lap.
- Let your child hold something that makes them feel more comfortable, like a blanket or a stuffed animal.

## If tips and tricks do not work

Even when you feel like you have tried everything, some children will still have trouble taking medicine. A break or a time-out before taking medicine might help them calm down.

If that does not work, these are things that other parents have done when their child has a lot of trouble taking medicine:

- Be kind but firm with your child. Remind them that taking medicine is not a choice. Let them know that you are sorry it is difficult for them, and that you hope that it will get easier.
- Ask someone else to help you. Sit your child on another caregiver's lap. One adult can give a "hug hold" from behind. They can wrap their arms around your child and hold their arms and head while the other adult gives the medicine.
- If your child will not open their mouth when you ask them to, you can help by pressing down on their chin. You can also put your finger in your child's mouth near the inner cheek and push down the lower jaw.
- Help your child to keep their mouth closed until they swallow the medicine. It is best if your child is sitting up straight. Make sure your child's head is not bent too far backward. This makes it very difficult to swallow.

## References

Pediatric Oncology Resource Center, "How to Get Kids to Take ... Pills!"  
[www.acor.org/ped-onc/treatment/Pills/pills.html](http://www.acor.org/ped-onc/treatment/Pills/pills.html)