

Dolores agudos

Alivio para el dolor de una cirugía o procedimiento médico

Formando un equipo con usted y su niño, asumimos el compromiso de evitar y aliviar todo lo posible el dolor de su niño.

Los dolores agudos no duran mucho y, por lo general, se alivian con el tiempo. La información que encontrará a continuación describe cómo aliviar el dolor que su niño puede sentir después de una cirugía, una lesión, un procedimiento o como consecuencia de los efectos secundarios de un tratamiento. Cuando el dolor no recibe tratamiento o cuando no se trata de manera efectiva, puede tener consecuencias a corto y largo plazo. El control efectivo del dolor ayudará a que su niño se restablezca antes.

¿De qué manera mi niño demostrará el dolor?

Todos los niños reaccionan al dolor en forma distinta; algunos se mantienen callados, otros reducen su actividad, otros se ponen muy inquietos o muy molestos. También pueden comer menos o cambiar sus hábitos para dormir.

Para medir la intensidad del dolor usamos una escala de acuerdo al nivel de desarrollo de su niño. Para mayor información consulte el volante informativo [Evaluación del dolor del niño](#).

Lo mejor es que el niño describa su propio dolor; le vamos a pedir que nos diga dónde y cuánto le duele, lo que le alivia o le aumenta el dolor y cómo es ese dolor.

¿Qué puedo hacer para aliviar el dolor?

Nuestro objetivo es evitar el dolor cuando sea posible. Pregunte en qué momentos es posible que sienta dolor y cómo se puede evitar. Cuando no se puede evitar, el dolor se debe atender antes de que empeore. Aliviarle el dolor lo antes posible y evitarle molestias, permitirá que su niño se mantenga fuerte y activo lo que hará más fácil su recuperación. Además, tratar el dolor lo antes posible nos permite usar menos medicamentos.

Para tratarlo usaremos medicinas y otras estrategias ya que el dolor es complejo y todos reaccionamos de manera diferente. Lo mejor es utilizar más de un método al mismo tiempo.

Medicinas

Usados correctamente, los medicamentos para el dolor son seguros y efectivos. La cantidad depende del peso del niño, el tipo de dolor y su estado de salud. Los medicamentos para dolores leves se dan generalmente por vía oral. El paracetamol (Tylenol) o el ibuprofeno (Advil o Motrin) se usan normalmente para este tipo de dolores y funcionan muy bien, aun para los dolores de una cirugía.

Nadie conoce a su niño como usted. Sea parte activa en su recuperación hablando con el equipo de profesionales médicos acerca de la manera en que su niño demuestra el dolor y cuál es la mejor manera de calmarlo.

Para los dolores moderados a elevados le podemos recetar algo más fuerte como la morfina o la oxicodona que pueden ser administradas por vía intravenosa (vea el folleto informativo [PCA: Analgesia controlada por el paciente](#)) o directamente cerca de los nervios que llevan la señal dolorosa (vea los folletos [Analgesia regional](#), [Peripheral Nerve Continuous Infusion](#) [Infusión nerviosa periférica continua, documento en inglés]) o [Catéteres epidurales](#)).

Es común que se use una combinación de medicamentos para prevenir y tratar el dolor. Es importante que hable con su equipo de profesionales médicos sobre cuáles son los mejores para su niño. Se debe tener cuidado ya que, aun las medicinas de venta libre como el paracetamol o el ibuprofeno, pueden tener reacciones adversas cuando se combinan con ciertos medicamentos o afecciones médicas.

Ejemplos de métodos para evitar y tratar el dolor:

- Para el dolor continuo, lo mejor es tomar el medicamento con regularidad. Después de una cirugía es común que se recete algo cada pocas horas lo que puede continuar por 3 a 4 días después de que su niño salga del hospital, dependiendo del tipo de cirugía y de las necesidades de su niño.
- Antes de poner una vía intravenosa, tomar muestras de sangre y acceder un puerto, se puede utilizar una crema para entumir la piel (LMX-4) que reduce el dolor causado por la aguja. Otro anestésico tópico es J-tip, un sistema para entumir la piel sin necesidad de agujas.
- Para algunos procedimientos se recomienda el uso de sedantes. Consulte con el grupo de profesionales médicos.

¿La medicina para el dolor puede causarle adicción a mi niño?

Cuando se usa correctamente, los niños no se vuelven adictos a la medicina para el dolor. Cuando la toman por largos periodos de tiempo, el cuerpo se puede acostumbrar al medicamento (resistencia) y es posible que necesite dosis mayores para alcanzar el mismo efecto. Como el cuerpo se acostumbra a la presencia de estos medicamentos, cuando el dolor desaparece, la dosis se reduce lentamente para evitar los efectos de la abstinencia.

Otras estrategias

Además de los medicamentos, hay otras maneras de aliviar el dolor.

- **Estilos:** Aprenda el estilo de su niño para afrontar la adversidad y desarrolle un plan para responder a sus miedos. Hay niños que prefieren mirar y ser parte del proceso para sentir que tienen cierto control sobre las situaciones dolorosas. Otros se sienten mejor distraerse. En este último caso, puede ser útil recurrir a la respiración o a la imaginación, pero asegúrese que lo que haga sea lo que a su niño prefiere, no lo que usted quisiera. Puede haber diferencia.
- **Envoltura:** los bebés se pueden sentir más calmados y seguros envueltos en una cobija ajustada.

Para más información

- De lunes a viernes, de 8 a.m. a 5 p.m., hable con su cirujano.
- Después de las 5 p.m. o los fines de semana, comuníquese con el 206-987-2000 y pida hablar con el cirujano de turno.

Servicio gratis de interpretación

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

- **Agua azucarada (sacarosa):** a los bebés más grandes se les puede dar agua azucarada antes de un procedimiento para reducir el dolor.
- **Posición:** durante un procedimiento doloroso puede tener en brazos a los niños pequeños, en una posición cómoda. Consulte acerca de ciertas posiciones que lo pueden tranquilizarlo como el “pecho a pecho”.
- **Juegos terapéuticos y terapias:** una terapia que no depende tanto de las palabras y que puede ser útil para distraerlo o para consolarlo.

¿Cómo ayudo a mi niño cuando está dolorido?

Dele todo el apoyo que su niño necesite: enséñele técnicas, consuélolo y ayúdelo a que descubra el mejor método para aliviar el dolor.

- Tenga la certeza de que controlar el dolor es tarea de todos los que lo cuidan. Hable con el equipo de profesionales médicos sobre la manera en que su niño manifiesta el dolor y qué lo alivia.
- Créale cuando le diga que está dolorido y actúe enseguida.
- Ponga énfasis en cosas positivas que le ayude a relajarse. Apóyelo en su esfuerzo por hacerle frente al dolor y a los procedimientos estresantes, explíquele qué es lo que otras personas están haciendo para ayudarle a aliviarse del dolor.
- No olvide que su niño se da cuenta cuando usted está nervioso.
- Tenga en cuenta que usted puede salir del cuarto durante un procedimiento que sea doloroso y que, si decide quedarse, puede preguntar qué puede hacer para apoyarlo.

¿Dónde busco otros recursos?

Si su niño tiene dolor que no se calma o si el dolor continúa por más tiempo del esperado, póngase en contacto con el médico. También, puede consultar al personal médico sobre estos recursos:

- Medicina del Dolor 206-987-2704
- Especialistas en vida infantil 206-987-2037
- Centro de Recursos Familiares 206-987-2201

¿Preguntas?

En sociedad con usted y con su niño, nuestro equipo está comprometido a hacer lo posible para aliviar el dolor. No dude en hacer preguntas o en hacernos llegar sus comentarios en todo momento.



Acute Pain

Pain relief for a surgery or medical procedure

In partnership with you and your child, we are committed to the *prevention and relief* of pain as completely as possible.

Acute pain is short-lasting and usually gets better over time. The following information describes how to improve the pain your child may feel after a surgery, injury, procedure, or side effects of treatment. There can be short- and long-term consequences when pain is not treated at all, or not treated enough. Effective pain control will help your child get better faster.

How will my child show pain?

Every child reacts to pain differently. Children may be quiet and less active, or restless and easily upset. They may lose their appetite or change sleep patterns.

We regularly measure the intensity of pain by using a pain scale that matches the developmental level of your child. For more information see [Assessing Children's Pain](#) handout.

It is best for children to report their own pain. We ask them to describe where it hurts, how much it hurts, what makes it better or worse, and what it feels like to them.

What can be done to relieve pain?

Our goal is to prevent pain when possible. Ask if pain is to be expected and what will be done to prevent it. When pain is not prevented, it should be responded to early before it becomes more severe. Relieving pain early will make your child more comfortable, increase activity and strength, and promote healing. In addition, treating pain early leads to less use of pain medicines overall.

We will use medicine and other strategies to treat pain. Because pain is complex and each person's response is different, it may be best to use more than one method at the same time.

Medicines

When used appropriately, pain medicines are safe and effective. The amount of pain medicine depends on your child's weight, type of pain and health. Medicine for mild pain is most often given by mouth. Acetaminophen (Tylenol) or ibuprofen (Advil or Motrin) are often used for this type of pain. They work very well to control pain, even pain after surgery.

For moderate or severe pain, we may prescribe a stronger type of pain medicine such as morphine or oxycodone. We may give medicines through an IV (see [PCA: Patient Controlled Analgesia](#) handout) or directly near the nerves that carry the pain messages (see [Regional Analgesia](#), [Peripheral Nerve Continuous Infusion](#) or [Epidural Catheters](#) handouts).

You know your child best. We encourage you to take an active part in your child's recovery. Talk with your care team about how your child shows pain and what works to comfort your child.

A combination of medicines is often used to prevent and treat pain. It is important to work with your care team to discuss pain medicines that will work best for your child. Care must be taken, as even common over-the-counter medicines, such as acetaminophen or ibuprofen, can interact with certain prescriptions or medical conditions.

Examples of methods for preventing and treating pain:

- For pain that is ongoing, it is best to give pain medicine regularly. After surgery, pain medicine often is ordered every few hours. This schedule may continue for 3 or 4 days after your child goes home, depending on the procedure and your child's needs.
- For IV starts, blood tests, injections, and port access, numbing cream (LMX-4) can be put on the skin ahead of time to help reduce needle pain. Another topical anesthetic is J-tip, which is a system for quickly delivering numbing medicine through the skin without the use of needles.
- Sedation may be recommended for some procedures. Talk with your child's care team.

Will my child become addicted to pain medicine?

When given appropriately, children do not become addicted to pain medicine. When children need long-term pain control their bodies may get used to the medicine (become tolerant) and need a higher dose of pain medicine to get the same pain relief. Because the body becomes used to having these medicines, when the pain improves, the dose is slowly reduced to prevent discomfort from withdrawal.

Other strategies

In addition to medicine, there are other ways to relieve pain.

- **Coping style:** Learn your child's coping style and develop a plan to respond to their fears. Some children prefer to watch and be a part of the process in order to have some control over painful situations. Other children do better with being distracted away from the situation. For these children, breathing or imagery may be useful. Make sure you focus on your child's style of coping and not just your own, recognizing that these may be different.
- **Swaddling:** Infants may be comforted by being wrapped snugly in a blanket to help them feel calm and secure.
- **Sugar water (sucrose):** Young infants may be given sugar water before a painful procedure to reduce pain.
- **Positioning:** Toddlers may be held during painful procedures to help with comfort. Ask about supportive positioning such as "chest to chest" for the specific procedure being done.
- **Therapeutic play and art therapies:** These therapies rely less on language and can provide distraction as well as promote coping.

To Learn More

- Monday through Friday, 8 a.m. to 5 p.m., please contact your surgeon's office.
- After 5 p.m. and on Saturday and Sunday, please call 206-987-2000 and ask for your surgeon's on-call provider.

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 can I help my child with pain?

Support your child: be a coach, provide comfort and help discover what works best to give your child relief.

- Know that the job of pain control belongs to everyone caring for your child. Talk your healthcare team about how your child shows pain and what seems to help.
- Believe that your child is hurting and respond right away.
- Emphasize the positive ways your child can become more relaxed. Support your child's efforts to cope with distressing procedures and pain; tell what others are doing to relieve their pain.
- Keep in mind that your child may sense your anxiety.
- Know that you may choose to leave the room during a painful procedure. If you choose to stay, you may ask for ways to participate in supporting your child.

What are some additional resources?

If your child has unrelieved pain or pain continues longer than expected, contact your child's doctor. In addition, talk to your child's care team for information about other resources. These may include:

- Pain Medicine Team 206-987-2704
- Child Life Specialists 206-987-2037
- Family Resource Center 206-987-2201

Questions?

All team members are committed to partner with you and your child to improve pain. Let your care team know if you have questions or feedback at any time.

Seattle Children's offers interpreter services for Deaf, hard of hearing or non-English speaking patients, family members and legal representatives free of charge. Seattle Children's will make this information available in alternate formats upon request. Call the Family Resource Center at 206-987-2201.

This handout has been reviewed by clinical staff at Seattle Children's. However, your child's needs are unique. Before you act or rely upon this information, please talk with your child's healthcare provider.

© 2008-2011 Seattle Children's, Seattle, Washington. All rights reserved.
