

# Cómo ayudar a su niño a tomar medicamentos

Este volante tiene información para ayudarle a darle los medicamentos a su niño. Son ideas que han sido útiles para otros padres y niños.

## Cómo hablar con su niño acerca de los medicamentos



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

- Llame el medicamento por su nombre y explíquelo cómo le ayudará. Prepare a su niño con anticipación para el momento de tomar el medicamento. Esto ayuda a que sea previsible en lugar de sorpresivo.
- Cuando le dé el medicamento, mantenga una actitud positiva. Su niño siente cuando usted espera una reacción de su parte y, si lo percibe, hay más posibilidades de que ayude y coopere.
- Elogie a su niño después de que se tome la medicina.

## Para que su niño sienta que tiene más control

Cuando su niño está enfermo no siente que tiene control sobre su vida y es por eso que es importante que haga lo que pueda para darle la oportunidad de tomar decisiones. Es importante explicarle que algunas cosas no las puede decidir, tal como tomar o no el medicamento. Pero, en otras sí puede tener control; la manera de tomar el medicamento, por ejemplo. Es importante que, cuando sea posible, pueda tomar decisiones.

### Más información

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

### Servicio gratuito de interpretación

- En el hospital, solicítelo con la enfermera.
- Fuera del hospital, llame a nuestra línea gratuita de interpretación: 1-866-583-1527. Mencionele al intérprete el nombre de la persona o extensión que necesita.

A continuación, encontrará algunas maneras darle a su niño opciones para tomar el medicamento:

- Junto con su niño hagan un plan para tomar la medicina por escrito. Si él participa en la decisión del plan es más fácil que lo cumpla.
- Ensaye el plan varias veces.
- Propóngale juegos como a darle el medicamento a un muñeco o un peluche. Esto se llama “jugar a dar medicinas” y su niño puede practicar antes de tomarse el medicamento y también en otras ocasiones.
- Como parte del horario y rutina diaria tenga un “momento para las medicinas”. Tener una hora y lugar constante ayuda a que su niño se prepare y se sienta listo para tomarlo. Ayude a su niño pequeño o en edad preescolar a crear una lista de recompensas o con las calcomanías que recibe y demuestre su progreso.
- Si el niño tiene 3 años o más, puede participar la preparación del medicamento antes de tomarlo mientras usted lo ayuda. Evite que su niño se tome el medicamento por su cuenta.
- Sea creativo y colabore con su niño para encontrar maneras nuevas para que tome los medicamentos.

---

### Cómo hacer que sea más fácil tomar medicinas

A continuación, algunas ideas para que su niño tenga menos dificultad para tomar medicamentos. Recuerde que es mejor que su niño participe siempre que se pueda, para que sienta cierto control sobre la situación.

**Antes de probar cualquiera de estas ideas es muy importante que consulte con la farmacia. Hay medicamentos no se pueden mezclar con ciertos alimentos, otros no se pueden tomar con algunos líquidos. En otros casos, no se pueden masticar, moler ni partir.**

---

### Cómo mejorar el sabor

Algunos medicamentos líquidos son amargos y es más difícil tomarlos. Pruebe estas ideas si a su niño le cuesta tomar el medicamento líquido:

- Pregunte en la farmacia o al médico si se puede agregar sabor. A veces, es posible agregarle algo especial.
- Pruebe con una jeringa sin aguja. Solicítele al farmacéuta o proveedor de atención médica de su niño que le proporcione una jeringa para medicamentos líquidos.
- Su niño no notará tanto el sabor del medicamento si come algo frío primero. Pruebe con una paleta helada o pedacitos de hielo.
- Mezcle el medicamento con algún sabor fuerte. Puede usar polvo para preparar bebidas, chocolate líquido, jarabe de maple, jarabe de cereza o cualquier otro con sabor. Pídale a su niño que ayude a hacer la mezcla con el medicamento para que se sienta incluido.
- Puede quitar el mal sabor del medicamento si su niño toma jugo enseguida después del medicamento. Puede también chupar una paleta de dulce.
- Su niño puede comer algo pegajoso para que le cubra la lengua antes de tomar el medicamento. Pruebe con jarabe de maple.
- Permita que su niño escoja cómo quiere tomar el medicamento.

### Medicamentos que se pueden moler

Mezclar las pastillas molidas o el medicamento en polvo con comida o jugo puede cubrir el sabor. Es importante que su niño sepa que usted hace esto porque si la técnica no funciona, el niño puede desconfiar de toda la comida. Pruebe con alguno de estas ideas:

- Compre un molidor de pastillas en su farmacia o muélaslas con dos cucharas.
- Trate de mezclar las pastillas molidas con alguna comida como puré de manzana, yogur, helado, nieve o postre pudín. Pruebe con líquidos como el almíbar de cereza, jugo de naranja o con el jugo de frambuesas concentrado y congelado.
- Para los alimentos blandos mencionados anteriormente, pídale a su niño que trate de tragar pequeñas cantidades sin masticarlas antes de agregar el medicamento.
- Para los jarabes, puede disolver las pastillas molidas en una cuchara con un poco de agua y agregar el jarabe en la cuchara.
- Puede agregar las pastillas molidas en una pequeña cantidad de jugo y después tomar una bebida que escoja su niño.

---

### Cómo enseñarle a su niño a tragar pastillas

Muchos niños pueden aprender a tragar pastillas con un poco de práctica, aunque para algunos niños puede ser difícil. Su niño puede empezar a intentarlo si tiene 5 años o más. A continuación, algunos consejos:

- Las cápsulas de gel vienen en distintos tamaños y pueden quitar el mal sabor de las pastillas. Pídale cápsulas de gel vacías al proveedor de atención médica de su niño o al farmacéuta. Antes de llenarla con la pastilla entera o molida pruebe con la cápsula vacía o llena de azúcar.
- Meta la cápsula rápidamente en agua con hielo antes de que su niño la trague para que se deslice mejor y sea más fácil tragarla.
- Pídale a su niño que practique con caramelos o dulces pequeños. Primero puede tragar un dulce muy pequeño como los que se le ponen a los helados. Después, pruebe con dulces un poco más grandes como M&M pequeños o con Tic Tac. Nunca deje que su niño trate de tragar caramelos que sean más grandes de un chícharo (pea) o un frijol pequeño. Continúe practicando con las cápsulas llenas de azúcar.
- Coloque la pastilla en una cuchara con gelatina, postre pudín o yogur y deje que se deslice por la garganta de su niño.
- Corte la pastilla en mitades o en cuartos y déselas a su niño en pedacitos para que trague de a una.
- Envuelta en algo dulce puede ser más fácil.

---

### Para que su niño esté cómodo para tomar medicamentos

- Si su niño está en edad preescolar o escolar, lo puede sentar en su regazo.
- Puede tener la compañía de algo especial, una cobija o un peluche.

### Si nada da resultado

Aun cuando piense que ya probó todo, algunos niños siguen teniendo dificultades para tomar medicamentos. Los descansos o distracciones antes de tomar el medicamento pueden servir para calmarlo.

Si no da resultado, hay otras cosas que otros padres probaron con niños con mucha dificultad para tomar medicamentos:

- Sea cariñoso pero firme al mismo tiempo y recuérdale que cuando es un medicamento no hay opción. Explíquelo que usted se da cuenta lo difícil que es y que seguramente va a mejorar pronto. Dígale que, como es importante tomar la medicina, esta vez usted le ayudará.
- Para que su niño mantenga la boca cerrada hasta tragar el medicamento, es mejor si está sentado derecho. Asegúrese que no tenga la cabeza muy inclinada hacia atrás lo que puede hacer que tragar sea más difícil.
- Otra persona le puede ayudar. Coloque la cabeza del niño en sus piernas mientras un adulto abraza al niño por atrás. Puede sujetarle los brazos y la cabeza mientras el otro adulto le administra el medicamento.
- Si su niño necesita ayuda para tomar la medicina, ayúdele a que la tome solo con cada medicina nueva.

---

### Referencias

[pbs.org/parents/talkingwithkids/health/medicine.html](https://pbs.org/parents/talkingwithkids/health/medicine.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 how it will help your child.
- Prepare your child in advance for when it will be time to take medicine. This helps to make it predictable and expected, instead of a surprise.
- 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.
- Praise 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. Give your child choices whenever possible.

---

### To Learn More

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

### Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your 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.

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 the daily schedule and routine. Consistently using the same time and even place for medicine time 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 while you help. Always avoid leaving children alone to take their medicine.
- Be creative and work with your child to find new ways of taking 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. This will help them feel like they have some control.

**Before you try any of the ideas below, check with your child’s pharmacist. Some medicines may not be mixed with or taken with certain kinds of food or liquid. Other medicines may not be chewed, crushed or cut.**

---

### 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 pharmacist about flavoring options. Sometimes they can add a special product to help the medicine 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 may 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 a favorite powdered drink mix, 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 medicines that can be crushed or powdered

Mixing crushed pills or powdered medicine with food or juice can help mask the taste. It is important that your child is aware that you are doing this. If the technique is not successful and they feel “tricked” they may start avoiding foods. 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

Many children can learn how to swallow pills with just a little practice. For some children, 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, pudding or yogurt 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 putting them in a small piece of fruit snack.

---

### 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 your child know that you are sorry it is difficult, and that you hope that it will get easier. Let your child know that since taking medication is important to help their body, you will help them take the medicine this time.
- 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.
- 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 needs help one time taking medicine, approach each new medication dose by giving them the opportunity to succeed.

---

### References

[pbs.org/parents/talkingwithkids/health/medicine.html](https://pbs.org/parents/talkingwithkids/health/medicine.html)