

Cada niño experimenta dolor de vez en cuando.
Cada niño es diferente en la forma en que se siente y reacciona al dolor. Es importante tratar el dolor según las necesidades de cada niño.

Aprenda sobre el dolor de su hijo

- ¿Dónde le duele?
- ¿Qué mejora el dolor?
- ¿Qué está causando el dolor?
- ¿Qué empeora el dolor?

Hay muchas maneras reconfortantes de ayudar a su hijo a relajarse y disminuir su dolor.

Formas de aliviar el dolor sin analgésicos

Tratar el área dolorosa Según lo recetado por su doctor	<ul style="list-style-type: none"> • Aplique calor o hielo al área. • Eleve el área, si es posible. • Masaje.
Sirva alimentos y líquidos saludables	<ul style="list-style-type: none"> • Tome mucha agua. • Limite las sodas. • No se salte las comidas. • Ofrezca comidas pequeñas y frecuentes.
Mantenerse activo Moverse	<ul style="list-style-type: none"> • Use las muletas, el andador, o la silla de ruedas si es necesario. • Haga ejercicio.
Reducir el estrés Aprenda formas de ayudar a su hijo a relajarse	<ul style="list-style-type: none"> • Respiración lenta y profunda. • Aplicaciones de relajación en el celular, como <i>breath2relax</i>. • Imágenes guiadas para tener pensamientos relajantes y felices.
Mantenga al niño ocupado Cambiar el enfoque del dolor	<ul style="list-style-type: none"> • Jugar videojuegos, juegos de mesa o cartas. • Visitar amigos. • Ver la televisión o películas. • Escuchar música. • Trabajar en sus pasatiempos. • Encontrar actividades que retienen su atención.
Infantes Cargar y calmar	<ul style="list-style-type: none"> • Cargar con contacto de piel a piel tanto como sea posible. • Utilice succión no nutritiva. Esto es succionar sin tomar leche. • Disminuya los estímulos en la habitación, como el ruido o las luces brillantes.

La fatiga y el estrés pueden empeorar el dolor

Qué hacer

Fatiga	<ul style="list-style-type: none"> • Descansar mucho. • No hacer demasiadas actividades. • Vuelva a las actividades lentamente. • No intentar hacer demasiadas cosas.
Estrés	<ul style="list-style-type: none"> • Usar la relajación y distracción. • Hablar sobre sus sentimientos. • Mantenerse positivo.

Algunas veces, los niños necesitan analgésicos para aliviar su dolor. Utilizamos diferentes tipos de medicamentos para controlar el dolor. Cada tipo funciona de manera diferente.

Su doctor decidirá el medicamento que funciona mejor para el dolor de su hijo.

- Acetaminofén
- Ibuprofeno
- Corticoesteroides
- Anticonvulsivos
- Antidepresivos
- Relajantes musculares
- NSAIDS, medicamentos anti-inflamatorios sin esteroides
- Opioides

Los analgésicos pueden causar efectos secundarios graves o incluso mortales.

Conozca los efectos secundarios y cuándo llamar a su doctor.

Efectos secundarios comunes	Cuándo llamar a su doctor
• Náusea, vómito	• Mareado, confundido
• Estreñimiento	• Dificultad para hablar
• Comezón	• Tropezada al caminar
• Boca seca	• Somnoliento, difícil de despertar

Llame al 911 si su hijo

- Tiene problemas para respirar
- No puede mantenerse despierto
- No puede hablar normalmente

Los opioides recetados (también llamados narcóticos)

conllevan riesgos graves de adicción y sobredosis, especialmente si se toman durante mucho tiempo.

Medicamentos primarios para el dolor

Los estudios demuestran que tomar acetaminofén e ibuprofeno durante todo el día (ya sea *juntos cada 6 horas* o *alternando cada medicamento cada 3 horas*) puede proporcionar un control efectivo del dolor con menos efectos secundarios que los opioides recetados.

Qué saber si su doctor le recomienda acetaminofén (Tylenol®) y ibuprofeno (Motrin® o Advil®) para el dolor.

Niño menor de 6 meses

- **NO** le de ibuprofeno.
- Está bien darle acetaminofén.

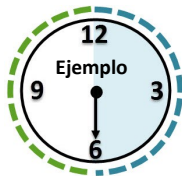
Niño mayor de 6 meses

- Está bien darle ibuprofeno.
- Está bien darle acetaminofén.

Solo puede tomar acetaminofén e ibuprofeno 1 vez cada 6 horas.
Hay 2 formas diferentes de programar estos medicamentos primarios para el dolor.
Su doctor decidirá la mejor manera para su hijo.

Combinado cada 6 horas:

Tome acetaminofén e ibuprofeno *juntos* cada 6 horas.

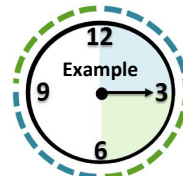


A las 12:00 pm: tome acetaminofén y ibuprofeno
Espere 6 horas
A las 6:00 pm: tome ambos medicamentos otra vez

O

Alternar cada 3 horas:

Alternar acetaminofén con ibuprofeno cada 3 horas.



A las 12:00 pm: tome acetaminofén
A las 3:00 pm: tome ibuprofeno
A las 6:00 pm: tome acetaminofén

Durante los primeros 3 días:

Déle a su hijo los medicamentos primarios para el dolor durante todo el día según lo recetado por su doctor.

- Después, déselo como sea necesario para el dolor.
- Siempre siga las instrucciones de la etiqueta para la dosificación.
- *Es importante beber muchos líquidos y agua.*

Dolor irruptivo

Los medicamentos primarios para el dolor funcionan muy bien para controlar el dolor. El dolor irruptivo es el dolor que ocurre *entre* las dosis programadas regularmente de los medicamentos primarios.

Su hijo puede recibir un medicamento narcótico para el dolor para el dolor irruptivo.

Siempre tome los analgésicos según lo recetado.

Si necesita ayuda para controlar el dolor de su hijo

Su doctor, farmacéutico o enfermera puede tener sugerencias útiles o puede brindarle recursos adicionales.

Conocer los medicamentos de su hijo

Muchos medicamentos recetados y de venta libre para el dolor, el resfrío y la gripe contienen acetaminofén (Tylenol) o ibuprofeno (Motrin). Tomar acetaminofén o ibuprofeno con otros medicamentos puede causar una sobredosis o una mala reacción. Hable con su doctor o farmacéutico antes de tomar cualquier medicamento que contiene acetaminofén (Tylenol) o ibuprofeno (Motrin).

Guardar los analgésicos de forma segura

Mantener fuera del alcance de los niños y las mascotas

La forma más segura de guardar los medicamentos

Una caja cerrada es la forma más segura de guardar su medicamento, *especialmente para los opioides.*



Desechar los analgésicos

Pregúntele a su farmacéutico la mejor manera

Busque programas de desecho de medicamentos.

Cook Children's: www.meddropbox.org. Este sitio tiene información sobre la eliminación de medicamentos.

Busque en Google: *desecho de medicamentos cerca de mí*. Esto proporciona una lista de farmacias con cajas de eliminación para los medicamentos.

Managing-Pain-and-Pain-Medicine

Nombre del paciente

MRN (Número de expediente médico)

Paciente, Padre, Madre, o Representante Legalmente Autorizado

Nombre en letra molde

Su parentesco al paciente

Fecha

Healthcare Provider

Printed Name

Date

Interpreter

Printed Name

Interpreter Number

Date

Un proveedor de atención médica me hablo sobre la información en este folleto.

- Sé lo que necesito hacer.
- Sé por qué hacer esto es importante.
- Todas mis preguntas han sido respondidas.
- Tengo una copia de este folleto.

Firma

Hora

a.m. / p.m.

Signed Name

Time

a.m. / p.m.

Signed Name

Time

a.m. / p.m.

Print or imprint Patient Information



MRN _____
CSN _____