

## Comuníquese con nosotros

**Preguntas o molestias urgentes**  
Telehealth Nursing  
651-229-3890

**Otras preguntas acerca de su cuidado**  
Pacientes de St. Paul Clinic:  
Línea directa Nurse Call  
651-578-5000

Pacientes de otras clínicas:  
Comuníquese con un miembro su equipo de atención médica de Gillette.

**Citas**  
651-290-8707

## Información importante

Suministre los medicamentos contra el dolor según lo programado.

## Libros, DVD y más

Encuentre materiales acerca de las discapacidades, las afecciones médicas y de apoyo para los encargados del cuidado.

### Recursos de salud y educación

Campus de St. Paul, cerca de skyway en el cuarto piso

651-229-3938  
hre@gillettechildrens.com

# Cómo controlar en casa el dolor del niño después de la cirugía

Managing Your Child's Pain at Home After Surgery | Spanish

educación del paciente  
DIS081-SP

## Puntos clave

- La mejor manera de controlar el dolor es mantener un suministro estable de medicamentos.
- Aproximadamente una hora antes de que se retire el enyesado, dé a su hijo una dosis completa de medicamento contra el dolor.

Los niños suelen necesitar medicamentos para calmar el dolor durante los primeros días, o semanas después, de la cirugía. El periodo de tiempo en que los niños necesitarán medicamentos y el tipo de medicamento requerido dependerá del tipo de cirugía al que se sometan y a su tolerancia al dolor. Por ejemplo, si los niños sienten un poco de dolor, podrían necesitar medicamentos para dolores leves, como acetaminofén (Tylenol®) o, si es recetado por el médico, ibuprofeno (Motrin® u otra marca). Otros pacientes necesitan medicamentos más potentes, como los que recetan los médicos.

## ¿Cómo puedo evitar que mi hijo tenga dolores?

El medicamento para calmar el dolor es más efectivo cuando se suministra según lo programado, por lo general cada cuatro o cinco horas. Si su hijo experimenta dolores intensos que exijan tomar medicamentos más de cinco veces al día, llame a la enfermera de la clínica.

El dolor puede aumentar mientras duerme, así que en vez de esperar a que el niño se levante, recomendamos despertarlos para darles el medicamento programado.

La mejor manera de controlar el dolor es mantener un suministro estable de medicamentos. Una vez que el dolor se vuelve intenso puede ser difícil volverlo a controlar.

## ¿Qué puedo hacer para que mi hijo se sienta más cómodo en el viaje de regreso a casa?

Aproximadamente una hora antes de dejar el hospital, dé a su hijo una dosis completa de medicamento contra el dolor. Si el recorrido que conducirá es largo y se necesita medicamento contra el dolor, suministre el medicamento según la receta durante el viaje. También sería bueno detenerse a menudo y cambiar de posición a su hijo. Los cambios de posición contribuyen a la buena circulación y aseguran la comodidad. Asegúrese de utilizar los cinturones de seguridad.

## ¿Cómo puedo saber si mi hijo necesita medicamento contra el dolor?

A continuación, se mencionan señales que indican que el niño tiene dolor; sin embargo, usted conoce mejor a su hijo. Si cree que su hijo tiene dolor, probablemente esté en lo cierto. Su hijo podría presentar todas o algunas de las siguientes reacciones al dolor después de la cirugía:

- Llanto, gritos y/o gemidos
- Se queja del dolor
- Comportamiento irritable, quejumbroso, malhumorado o negativo
- Se muestra inconsolable (no se puede calmar)
- Cambio importante en el comportamiento habitual (por ejemplo un niño activo que se vuelve taciturno o retraído)
- No puede conciliar el sueño o tiene un sueño intranquilo e intermitente

Continúa en la página siguiente.

- Cambios profundos del apetito, ingesta insuficiente de alimentos o líquidos
- No se puede desviar su atención del dolor
- Cambios en el tono muscular, por lo general con rigidez muscular o espasmos
- No puede hallar una postura en la que se sienta cómodo
- Permanece bastante inmóvil y parece evitar tocar o mover áreas del cuerpo que se sometieron a cirugía
- Sin deseos de jugar o participar en actividades rutinarias o favoritas

### ¿Qué puede aumentar el dolor que siente mi hijo?

- Inflamaciones
- Actividades que hayan provocado dolor o rigidez
- La angustia, el temor o la ansiedad
- Infecciones
- Sueño deficiente, agotamiento

### ¿Qué puedo hacer si mi hijo tiene dolor?

- Sumínístrele otra dosis de medicamento contra el dolor si ha transcurrido suficiente tiempo desde la última dosis.
- Si el dolor es más intenso de lo habitual, verifique si hay algo anormal al utilizar la lista de control anterior.
- En caso de que su hijo todavía no lo esté tomando, sumínístrele medicamento más potente contra el dolor, si se lo han recetado, en la dosis siguiente. Dé el medicamento potente en lugar del otro medicamento contra el dolor, NO los dos juntos.
- Suministre la dosis completa, sin sobrepasar la dosis prescrita.

### ¿Qué otros métodos puedo emplear que ayuden a calmar el dolor de mi hijo?

- Distraiga a su hijo con música, cuentos, programas de televisión, videojuegos, etc.
- Masaje o toque con suavidad las áreas del cuerpo de su hijo que no sientan dolor.
- De ser posible, eleve la parte del cuerpo que se ha sometido a cirugía arriba del corazón del niño por unas cuantas pulgadas. De esa manera se reducirá la inflamación y mejorará la circulación de la sangre.

- Aplique compresas de hielo durante 15 minutos a la vez con 30 minutos de diferencia entre una y otra aplicación. Coloque un paño entre el hielo y la piel para evitar que la piel se enfríe demasiado. Asegúrese de mantener seco el enyesado.
- Fomente la relajación con respiraciones lentas y profundas o con escenas dirigidas de momentos tranquilos. La relajación puede contribuir a disminuir la tensión muscular y a propiciar la comodidad.

### ¿Qué puedo hacer cuando haya que cambiar y quitar el enyesado de mi hijo?

- Suministre una dosis completa de medicamento contra el dolor cerca de una hora antes de quitar el enyesado. Su hijo experimentará un poco de molestia cuando se retire el enyesado. Tenga a la mano el medicamento contra el dolor de su hijo el día en que se retire el enyesado, a fin de que pueda suministrarle otra dosis del medicamento.
- Permanezca al lado de su hijo y tranquilícelo durante el procedimiento.
- Tranquilice a su hijo diciéndole que, si bien la sierra de yeso es ruidosa y atemorizante, es una manera segura de retirar el enyesado. La sierra vibra únicamente a través del enyesado y no la piel.
- Puede continuar la inflamación durante algún tiempo después de retirar el enyesado. Siga elevando el brazo o la pierna luego de quitar el enyesado.

### ¿Qué puedo hacer para que mi hijo deje de tomar medicamento contra el dolor?

Una vez que su hijo se sienta más cómodo, generalmente unos cuantos días después de regresar a casa tras la cirugía, puede cambiar gradualmente el medicamento potente contra el dolor a otro más suave. Una forma efectiva de hacerlo es sustituir con Tylenol común el medicamento potente contra el dolor. Es mejor hacerlo durante las horas diurnas.

Si su hijo se siente bien, sígale suministrando Tylenol. Si siente más molestias por la noche, utilice el medicamento potente contra el dolor. El dolor debe reducirse cada día después de la cirugía y con el transcurso de tiempo puede incluso dejar de darle Tylenol.

*Continúa en la página siguiente.*

## ¿Qué puedo hacer para que mi hijo se mejore cada día?

Anticipe los cambios profundos en las actividades de su hijo que puedan provocar dolor por sobrecarga. Suministre a su hijo medicamento contra el dolor cerca de una hora antes de que haga ejercicio, esté de pie o camine. Es mejor dar medicamento contra el dolor y fomentar las actividades de su hijo en vez de limitarlas.

- Aumente cada día de manera gradual las actividades de su hijo. Si su hijo comienza a sentir menos dolor y realiza demasiadas actividades es posible que aumente el dolor.
- Siga elevando las piernas o brazos de su hijo que se han sometido a cirugía, ya que la circulación normal permanecerá debilitada durante algún tiempo.

## Llame a la teleenfermería al (651-229-3890) si:

- Sin motivo aparente, el dolor de su hijo se vuelve intenso después de un periodo largo de comodidad.
  - El dolor de su hijo empeora y hay nuevo enrojecimiento, inflamación o secreción espesa en el área de la cirugía.
  - El lugar del dolor cambia por causas distintas a las actividades normales o golpes o moretones normales.
  - Su hijo tiene dolor en un área cubierta con enyesado, pero no en el área de la cirugía. En ocasiones el enyesado puede provocar presión en áreas óseas, como el tobillo, el talón o la rabadilla.
  - El dolor de su hijo se vuelve intenso y no se calma mediante los métodos indicados anteriormente. Es posible que necesite suministrar dos o tres dosis de medicamento contra el dolor, con cerca de cuatro horas de diferencia, para controlar el dolor. Una vez que se intensifica el dolor, se recomienda combinar otros métodos a fin de calmar y controlar el dolor tales como los enumerados anteriormente. Sin embargo, NO suministre más de una dosis a la vez del mismo medicamento contra el dolor.
- 

## Advertencia sobre los medicamentos contra el dolor

Muchos medicamentos comunes sin receta contienen acetaminofén. Lea siempre las etiquetas a fin de evitar suministrar cantidades excesivas de un medicamento. Limite el suministro de acetaminofén a cinco dosis en un periodo de 24 horas. No suministre ibuprofeno, salvo que el médico lo haya recetado para tomarlo después de la cirugía.