

## Técnicas de control del dolor para niños con necesidades especiales

Los niños con necesidades especiales sienten dolor como cualquier otro niño. Sin embargo, puede que no sean capaces de decirle que sienten dolor y puede ser difícil para ellos explicar qué causa el dolor. Las siguientes sugerencias pueden ayudarle a identificar el dolor de su niño y a controlarlo.

### ¿Cómo puedo saber si mi niño siente dolor?

Debido a que su niño posiblemente no sea capaz de expresar que siente dolor ni tampoco realizar expresiones faciales ni sonidos, es importante observar qué problemas pueden provocar este dolor. Para hacerlo, usted puede:

- Llevar a su niño al médico regularmente para asegurarse de que no está estreñido, de que no tiene infecciones urinarias, problemas de alimentación, espasmos musculares, problemas respiratorios, dolor óseo y articular ni convulsiones.
- Verificar a diario derivaciones, bombas, tubos traqueales, sondas G u otros implantes para asegurarse de que funcionan correctamente y de que no están infectados.
- Observar su piel cuidadosamente en busca de llagas por presión, erupciones o infecciones.
- Asegurarse de que los aparatos ortopédicos, las sillas de rueda, los asientos de vehículos, las sillas para baño, los armazones para pararse y los andadores tengan las dimensiones adecuadas y funcionen como deberían.
- Preste atención a si siente descoloramiento, irritación o inflamación alrededor de los huesos de brazos y piernas y de las costillas (los niños con necesidades especiales pueden ser más propensos a sufrir lesiones).
- Revise el cuerpo de su niño con cuidado después de una caída para asegurarse de que no tenga lesiones.
- Lleve un diario con los síntomas de su niño, lo que incluye fiebre, diarrea, estreñimiento, vómitos, problemas al comer e insomnio y preste atención en lo que estaba haciendo cuando aparecieron los síntomas.
- Registre todos los medicamentos y tratamientos y preste atención a cualquier tipo de síntoma relacionado con ellos.

Confíe en su intuición. Si siente que algo no está bien o no puede controlar el dolor de su niño, llame a su proveedor de atención médica.



### ¿Cuáles son algunas de las maneras en las que puedo ayudar a mi niño a controlar el dolor sin medicamentos?

Aunque el proveedor de atención médica de su niño recetará medicamentos, las siguientes sugerencias pueden ayudar a su niño a controlar el dolor:

- Temporizadores líquidos (juguetes llenos con agua y líquido de colores que gotean cuando se giran)
- Pelotas antiestrés
- Pelotas y juguetes sensoriales texturizados
- Arcilla de colores para modelar
- Slime (comprado o hecho en casa)
- Burbujas o máquinas de hacer burbujas
- Molinetes o pitos (estos también ayudan con las técnicas respiratorias)

Continúa en la siguiente página.

- Meditación y ejercicios auditivos de visualización
- Pintar con los dedos
- Pintar con acuarelas
- Garabatear o pintar
- Botellas sensoriales (hechas en casa)
- Luces tenues en la habitación del hospital o en casa
- Música relajante
- Aromaterapia

Hable con un especialista puericultor para que le proponga más ideas, en especial cuando su niño regresa a su hogar desde el hospital.

## ¿Cómo puedo comprender mejor a mi niño?

Puede ser frustrante no saber qué está provocando el dolor de su niño o la mejor forma de tratarlo. Estas sugerencias pueden ayudarle a ser más comprensivo:

- Sea paciente con su niño y con los proveedores de atención médica.
- Recuerde que puede llevar más tiempo averiguar qué provoca el dolor y tratarlo, pero no es imposible.
- Escriba los tratamientos más y menos útiles (incluidos los efectos secundarios) para poder ayudar a los proveedores de atención médica a averiguar cuál es la mejor opción para su niño.



### Notas

---



---



---



---



---



---



---



---



---