

Hablemos Acerca De...

El dolor que se siente después de una cirugía y cómo aliviarlo

A muchos niños se les hacen intervenciones quirúrgicas que son dolorosas. La intensidad del dolor depende del tipo de operación y del niño. El dolor puede retrasar la recuperación, enlentecer los intestinos, e interferir con la respiración y la fisioterapia.

¿Qué provoca dolor después de una operación?

El dolor después de una cirugía tiene diferentes causas. Algunas de ellas se describen a continuación:

- La incisión quirúrgica por lo general causa dolor.
- Las operaciones ortopédicas y urológicas pueden causar calambres o espasmos musculares dolorosos.
- Los cólicos en la vejiga pueden causar dolor después de una operación de vejiga.
- Una sonda que se haya dejado puesta en el pecho después de una operación puede causar dolor. A veces, la sonda provoca una sensación punzante dentro del pecho.
- Una sonda nasogástrica (NG) puede irritar la garganta.
- El aire o la sangre dentro del abdomen o el pecho causan dolor. Algunas veces, ese dolor se siente en otras partes del cuerpo, lejos del sitio de la operación, como en los hombros y la espalda (se le llama "dolor referido").
- Si el niño permanece acostado boca arriba por algunos días después de la operación, podría sufrir de dolor de espalda u otro tipo de dolor muscular.
- Cuando se opera el abdomen, los intestinos dejan de funcionar por un tiempo después de la operación. El dolor que provocan los gases puede ser muy intenso.

- El dolor muscular y otras molestias pueden deberse a la posición en la que tuvo que permanecer el niño durante la operación.

¿Cuáles son los síntomas del dolor?

Los niños mayores dicen que sienten dolor, aunque quizá se les dificulte describirlo con claridad. Los niños más pequeños pueden que lloren o permanezcan muy quietos y traten de no moverse. El niño puede perder el apetito, y puede dormir mucho o tener problemas para dormir. El dolor que causa la incisión quirúrgica suele ser continuo.

Los calambres o espasmos parecen surgir de la nada y luego vuelven a desaparecer. La contracción de los músculos se puede notar o no. Pídale al personal de enfermería o al médico que le expliquen algunos de los síntomas habituales del dolor que provoca la operación que le hicieron al niño.

¿Qué es una meta de control del dolor?

La meta de control del dolor es la cantidad de dolor y alivio que le permiten al niño hacer lo necesario para recuperarse.

Se le pedirá a usted y al niño que establezcan una meta de control del dolor, así que debe pensar en las actividades que el niño tendrá que hacer para recuperarse. Establezca una meta de control del dolor que le permita al niño llevar a cabo esas actividades. Eso incluye una meta para el dolor y también una para las náuseas, el vómito y los escalofríos. Pídale al equipo médico que ayude al niño a alcanzar estas metas.

¿Qué tiene que hacer mi niño para recuperarse?

- El niño tiene que poder toser y respirar hondo para evitar complicaciones.
- Tiene que poder comer y beber sin tener náuseas ni vómito.
- Tiene que poder gatear, caminar y jugar para mantener la fuerza muscular.

La capacidad para tolerar las molestias difiere en cada niño. Algunos niños pueden tolerar más molestias que otros. Las cosas que hacen sentir mejor a su niño son propias en el caso de él, y nadie mejor que usted las conoce. Asegúrese de que su equipo médico también sepa lo que consuela a su niño. En lo que se refiere a una puntuación del dolor, muchos padres sienten el dolor del niño. La puntuación debe ser de tres o cuatro para que su niño pueda hacer actividades normales.

¿Qué puedo esperar mientras mi niño esté en el hospital?

Puede esperar que su niño esté lo más cómodo posible mientras esté en el hospital. El personal del hospital también tratará de minimizar los efectos secundarios de los analgésicos. Desafortunadamente, habrá ocasiones en que el dolor y otras molestias no desaparecerán por completo. Los médicos y el personal de enfermería harán todo lo posible por lograr que la experiencia del niño sea la mejor posible.

- Si ha pasado un tiempo desde la última dosis del medicamento y usted cree que el niño está comenzando a sentir más dolor, informe al personal de enfermería. Es mejor darle el analgésico en ese momento, para que el dolor no se salga de control. Los analgésicos pueden ayudar al niño a mantenerse activo, según las indicaciones del médico.
- El movimiento ayuda a evitar el dolor de espalda y el dolor muscular que ocasiona el estar acostado. Lograr que el niño se mueva es la mejor manera de aliviar el dolor que provocan los gases después de una operación del abdomen. Además, los intestinos comienzan a trabajar más rápido y el niño puede comenzar a comer de nuevo antes.

¿Cómo se trata el dolor con medicamentos?

Existen varios tratamientos para el dolor después de una operación.

- Al niño se le pueden administrar analgésicos a través de un tubo pequeño que se coloca en una vena, al que a veces se le llama “vía intravenosa” (IV, por sus siglas en inglés). Esta vía por lo general se utiliza durante uno o dos días. Una vez que el niño se siente lo suficientemente bien como para comer o beber, se le puede administrar el medicamento por la boca (a modo de píldoras o líquidos).
- Seguir un horario regular de tratamiento contra el dolor puede ayudar a controlarlo. Durante el primer y el segundo día después de la operación, administre los analgésicos al niño siguiendo un horario regular. Es más fácil “adelantarse” al dolor que tratar de controlarlo después, además de que el niño necesitará menos medicamento para mantenerse cómodo.
- Existen algunos medicamentos similares de venta sin receta que el médico del niño podría recomendar, como el acetaminofeno (por ejemplo, Tylenol®) o los medicamentos antiinflamatorios (por ejemplo, Toradol® o ibuprofeno).
- Hay formas especiales de controlar el dolor, como la anestesia epidural, la anestesia regional, la analgesia caudal y las bombas de analgesia controladas por el paciente (PCA, por sus siglas en inglés). El médico le hablará sobre ellas, si son necesarias.
- El servicio de control del dolor del Primary Children’s Hospital ofrece consultas para los casos más complicados de dolor. El servicio está disponible las 24 horas del día para los pacientes.
- Pregunte al médico del niño si alguna de las sugerencias anteriores puede ser adecuada para él.

No debe preocuparse de que el niño se vuelva adicto a los analgésicos. Esto ocurre con muy poca frecuencia, a menos que el niño ya tenga problemas de drogadicción o alcoholismo. A medida que el dolor

disminuye, la mayoría de los niños toma menor cantidad de analgésicos. Por lo general, no les agrada la forma en que el medicamento los hace sentir cuando ya no lo necesitan para el dolor.

¿De qué otras maneras puedo ayudar a mi niño con el dolor?

Normalmente, los primeros dos días después de la operación son los peores. Después, el dolor por lo general empieza a disminuir. Existen muchas maneras de ayudar al niño a estar cómodo después de la operación.

- **Lenguaje.** Reconozca el dolor del niño. Use palabras que transmitan apoyo, esperanza, amor, aliento y comprensión. Hable con voz calmada y suave. Recuérdele al niño que se le está dando tratamiento para el dolor.
- **Tacto.** Usted puede mostrar apoyo y reconfortar al niño sin necesidad de palabras, con abrazos, palmaditas, masajes y caricias. Las palmaditas tranquilizan a los lactantes y a los niños más pequeños, y pueden recordarles las rutinas reconfortantes que llevan en casa. Masajear y acariciar la espalda, los brazos, las piernas o los pies ayuda al niño a concentrarse en algo agradable.
- **Frío.** Las compresas o paños fríos ayudan a reducir la inflamación y son útiles para controlar el dolor a corto plazo. En el caso de los lactantes y los niños pequeños, solo use estos objetos si el médico lo indica. Además, tenga cuidado al utilizar frío si el niño tiene daño nervioso o lesión de la piel.
- **Calor.** Puede usar calor para calmar al niño. Por lo general, no se debe aplicar calor en la zona de la operación inmediatamente después de esta. Las compresas y las bolsas de agua tibias son útiles para calmar el dolor muscular, las articulaciones rígidas y los espasmos musculares. Se puede aplicar calor, frío y después otra vez calor para aliviar el dolor, calmar las molestias musculares y reducir la inflamación. Pregúntele al médico si conviene utilizar baños de agua tibia.

- Los especialistas en vida hospitalaria infantil pueden ayudar al niño con el dolor.
- Medicina alternativa: algunos ejemplos son la visualización guiada, la aromaterapia y la musicoterapia.

¿Cuándo debo llamar al médico del niño?

Llame al médico del niño o hable con el personal de enfermería si:

- No se logra controlar el dolor del niño.
- Está demasiado somnoliento.
- Habla incoherencias.
- Tiene mucho vómito o picazón.
- Tiene problemas para orinar.

Preguntas:
