Cómo controlar el dolor de su bebé

Información para las familias

La hospitalización de su bebé puede ser una experiencia aterradora que lo deja con muchas preguntas e inquietudes. Una pregunta importante que los padres hacen a menudo es *"¿Mi bebé siente dolor?"*

La respuesta es sí — esto es casi imposible de evitar. Sin embargo, se pueden hacer muchas cosas para que su bebé se sienta mejor.

Este folleto responderá algunas de sus preguntas y le ayudará a entender lo que usted y su bebé pueden experimentar.

Socios en el cuidado

Cuando esté al lado de su bebé, recuerde que tanto usted como los proveedores de cuidados de la salud son socios en su cuidado. Usted podrá notar las imágenes, sonidos y posiciones que hacen que su bebé se sienta más cómodo. Estas cosas se pueden añadir al plan de cuidados del bebé. Ya que usted y su proveedor de cuidados de la salud comparten información sobre lo que está sucediendo, juntos pueden ofrecerle el mejor cuidado posible a su bebé. Estas son algunas ideas que muestran cómo ustedes pueden trabajar en equipo:

¿Quiénes son los proveedores de cuidados de la salud de mi bebé?

- Los médicos, enfermeras y enfermeras con grado superior en medicina
- Los terapeutas respiratorios, del habla, ocupacionales, fisioterapeutas, de música y del desarrollo
- Los especialistas en lactancia y vida infantil
- Los farmacéuticos
- Los trabajadores sociales
- Los planificadores de alta y los coordinadores de casos

Lo que puede esperar de los PROVEEDORES DE CUIDADOS DE LA SALUD DE SU BEBÉ

- **Harán todo lo posible** por controlar el dolor de su bebé y minimizar los efectos secundarios.
- **Le explicarán qué tipo de dolor** sufre el bebé cuando le realizan un examen o procedimiento, y le explicarán cómo se controlará el dolor.
- **Le explicarán los riesgos, beneficios y efectos secundarios** de los analgésicos para controlar el dolor del bebé.
- **Le escucharán** cuando usted les informe que su bebé siente dolor.
- **Evaluarán periódicamente** el dolor que siente el bebé.
- **Trabajarán con usted** para fijar una meta de control del dolor del bebé.

¿Cómo puede USTED ayudar?

- **¡Hable!** No tenga miedo de hacer preguntas.
- **Vuelva a preguntar, si es necesario.** Ya que usted está bajo mucho estrés, es probable que deba repetir la misma pregunta varias veces. ¡Eso está bien!
- **Hable con su proveedor de cuidados de la salud** acerca de los tratamientos que está recibiendo su bebé y sobre lo que podría experimentar. Pregunte acerca de las opciones.
- **Pregunte antes de mover a su bebé.** Durante algunas fases de la enfermedad, podría ser mejor para el bebé si lo mueve menos. Permita que los proveedores de cuidados de la salud lo guíen durante esta difícil etapa.
- **Sea socio** de sus proveedores de cuidados de la salud. Usted puede ayudar ofreciendo las medidas de confort apropiadas durante cada fase de la hospitalización. Usted puede ayudar a establecer una meta para controlar el dolor de su bebé.

¿Cuál es la causa del dolor o malestar que siente mi bebé?

El dolor del bebé lo puede causar una variedad de cosas, incluyendo:

- Cirugía
- Pruebas para diagnosticar la condición de su bebé, tales como extracción de sangre de una vena o punción del talón, examen de la vista, o punción lumbar
- Algunas enfermedades
- Procedimientos para el tratamiento de la condición del bebé, como el empleo de un respirador mecánico, la colocación de una línea intravenosa (IV), o catéter urinario, tubo de alimentación y tubo torácico
- Lesiones de nacimiento
- Estreñimiento y flatulencia

¿Cómo sabré si mi bebé siente dolor?

Tan pronto su bebé fue admitido en el hospital, los proveedores de cuidados de la salud empezaron a revisar al bebé para determinar si podría estar sintiendo dolor. Continuarán controlando regularmente si hay dolor, tratarán cualquier dolor y observarán que tan bien el tratamiento está funcionando.

Ya que el bebé no puede decir qué le duele, los proveedores de cuidados de la salud observan diversos signos para determinar cuánto dolor está sintiendo el bebé. Ellos comparan estos signos con una escala para darle a su bebé un “puntaje de dolor”. Su proveedor de cuidados de la salud le puede mostrar cómo se hace esto.

Las señales de dolor pueden incluir:

- Llanto e irritabilidad
- Expresiones faciales como muecas u ojos cerrados tan apretados que se le frunce el ceño
- Brazos y piernas tensas y rígidas, pataleo, o espalda arqueada
- Flacidez
- Cambios del ritmo cardíaco, la frecuencia respiratoria, necesidad de oxígeno y patrones de respiración erráticos
- Falta de apetito o interés en interactuar
- Incapacidad para dormir, descansar y comer

¿Cómo controlarán el dolor de mi bebé?

Los tratamientos podrían consistir en una combinación de lo siguiente:

- Dar medicamentos a través de una línea intravenosa (IV), por la boca, o aplicar en la piel
- Otros métodos, tales como:
  - Administrar sacarosa oral
  - Alentar al bebé para que succione un chupete o su mano
  - Cambiar de posición al bebé, o sostener suavemente sus brazos y piernas cerca del cuerpo
  - Moverlo suave y lentamente, o acariciarlo
  - Disminuir los estímulos reduciendo la cantidad de luz y ruido en la habitación

Aún cuando estos métodos podrían ayudar a reducir el dolor que siente el bebé, tal vez no sean suficientes para controlar un dolor intenso. Los proveedores de cuidados de salud tomarán en cuenta el tipo de dolor, los tratamientos y procedimientos, y la edad gestacional del bebé para determinar cuál es la mejor manera de controlar su dolor.

¿Cuándo se le debe administrar analgésicos a mi bebé?

Los proveedores de cuidados de la salud del bebé deben escoger con cuidado cuándo y cómo administrarle analgésicos para controlar el dolor. Usted puede hablar con ellos acerca de estas opciones.

¿Mi bebé realmente necesita analgésicos?

- **Si el bebé siente dolor,** es importante administrarle analgésicos. De no ser tratado, el dolor puede retrasar la cicatrización, disminuir el aumento del peso y aumentar su estadía en el hospital.
- **Si el bebé está molesto pero no siente dolor,** tal vez no sean necesarios los analgésicos. Hay muchas formas de confortar al bebé, como cambiarlo de posición, distraerlo con algo para que lo mire, reducir la cantidad de luz en el cuarto o darle un chupón.

¿Cómo saben los proveedores de cuidados de la salud de mi bebé cuándo hay que administrarle analgésicos?

Los proveedores de cuidados de la salud evalúan los signos indicados en la página anterior y deciden si se le deben administrar analgésicos o si se requiere otro tipo de intervención. Evaluarán periódicamente al bebé mientras esté en el hospital.

¿Mi bebé se podría volver adicto a los analgésicos?

Los recién nacidos, tanto los nacidos a término como los prematuros, no se vuelven adictos a los analgésicos de la misma manera que algunos adultos. No obstante, podrían desarrollar una tolerancia a ellos, de modo que luego sería necesario administar una dosis mayor de analgésicos para controlar el dolor. También podrían volverse dependientes de ciertos medicamentos y sufrir efectos secundarios cuando se reduzca o se suspenda el medicamento. Sus proveedores de cuidados de la salud puede controlarlos.

¿Qué tipo de posiciones pueden ayudar a mi bebé?

La posición de su bebé puede ayudarle a sentirse más cómodo y a soportar el entorno. Esto también le puede ayudar al bebé a crecer y a desarrollarse de la mejor manera posible. Sus proveedores de cuidados de salud le enseñaran importantes técnicas de posicionamiento que se deben aplicar al cuidado del bebé, tales como:

- Envolverlo en una cobija
- Establecer límites
- Anidación
- Colocación de las manos cerca del rostro
- Flexión

A medida que usted y los proveedores de cuidados de la salud del bebé aprenden que técnicas de posicionamiento y otras medidas que ayudan a su bebé a calmarse (como un chupón, un móvil o música), las irán añadiendo al plan de atención.

Las técnicas de posicionamiento

Envolverlo en una cobija

Establecer límites

Anidación

Colocación de las manos cerca del rostro

Flexión

¿Qué son las metas para el control del dolor?

La información de este folleto le ayudará a entender cómo se controla el dolor del bebé. Sin embargo, es importante saber que un control del dolor exitoso no necesariamente significa que se eliminará por completo **todo** el dolor que siente el bebé. La meta del control del dolor es reducirlo lo suficiente para que el bebé pueda descansar y llevar a cabo las actividades necesarias para prepararlo para su alta del hospital. Para ayudarle a realizar el mejor plan para el cuidado de su bebé, usted y sus proveedores de cuidados de la salud determinarán juntos una "meta de control del dolor."

La meta de control del dolor consta de tres partes:

1. **La comodidad del bebé.** El bebé necesita tener lo que normalmente lo hace sentirse cómodo. Esto puede incluir actividades de autoconsuelo, como chupar un chupón o su mano, agarrar algo, cambiar de posición o acercarse las manos a la cara. También se deben controlar los síntomas que podrían causar incomodidad para el bebé, tales como el reflujo.

2. **La capacidad de funcionamiento de su bebé.** Existen ciertas cosas que el bebé debe poder hacer para recuperarse. Por ejemplo respirar bien, comer, dormir lo suficiente, e interactuar al nivel adecuado para su edad.

3. **El "puntaje de dolor" actual de su bebé.** Los proveedores de cuidados de la salud buscarán señales de que su bebé tiene dolor. Se le dará una calificación de acuerdo con los signos que presenta el bebé. Muchos bebés pueden recuperarse teniendo un puntaje de dolor de 3 o menos.

En vista de lo anterior, ¿qué es lo que permite que el bebé se recupere? Cada bebé tolera el dolor de manera diferente y se reconforta con cosas diferentes. Usted y los proveedores de cuidados de la salud de su bebé deben determinar ésto conjuntamente. **Esta es la meta de control del dolor de su bebé.**

Una meta de control del dolor le ayuda a usted y a los proveedores de cuidados de la salud del bebé a determinar si el tratamiento está funcionando. Si el bebé no está lo bastante cómodo como para hacer lo necesario para recuperarse, los proveedores de cuidados de la salud podrían modificar el plan de cuidados para el control del dolor. Ellos harán todo lo posible para que su bebé esté cómodo.

Intermountain Healthcare
Healing for life®

© 2009 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de cuidados de la salud. Hay más información disponible en **www.intermountainhealthcare.org**

Patient and Provider Publications 801.442.2963 IHCEDSSPM05S – 10/09 (Spanish translation 08/09 by Lingotek, Inc.)