

## EL DOLOR EN PEDIATRÍA

### ¿Qué es el dolor?

El dolor es una experiencia emocional desagradable. Es uno de los motivos de consulta más frecuentes. Aliviar el dolor y sus consecuencias físicas y psicológicas en los niños debe ser una prioridad.

Para manejar el dolor tenemos en cuenta varios factores:

- Características: causa, intensidad, duración, consecuencias.
- Variables del niño: edad, sexo, estado de ánimo, etc.
- Ámbito en el que vamos a tratar el dolor: domicilio, ambulatorio, hospital.
- Recursos de que disponemos.
- Qué tipo de procedimiento vamos a utilizar.

La unión de todos estos factores nos marcará una actitud diferente en el tratamiento del dolor de un niño, pero en ningún caso podemos olvidarnos de aliviar el dolor.

### ¿Cómo puedo saber si tiene dolor?

Al enfrentarnos con el dolor en un niño es fundamental una correcta evaluación. Existen escalas para clasificar muchas enfermedades como la crisis asmática o la apendicitis, sin embargo, el dolor se cuantifica con menor frecuencia. El dolor es algo subjetivo y cada niño puede notar un grado de dolor diferente para un mismo problema médico. Los padres y el personal sanitario pueden tener una percepción diferente.

Además, las manifestaciones del dolor se expresan de forma distinta en función de la edad (recién nacido, lactante, niño, adolescente). No obstante, siempre se combinan las sensaciones subjetivas, aunque no las verbalicen, con alteraciones de la fisiología del cuerpo.

### ¿Cómo puedo saber cuánto le duele?

La valoración del dolor se debe hacer adaptándose al lenguaje que usa el niño, relacionando experiencias dolorosas previas y observando cómo y a quién comunica el dolor el niño.

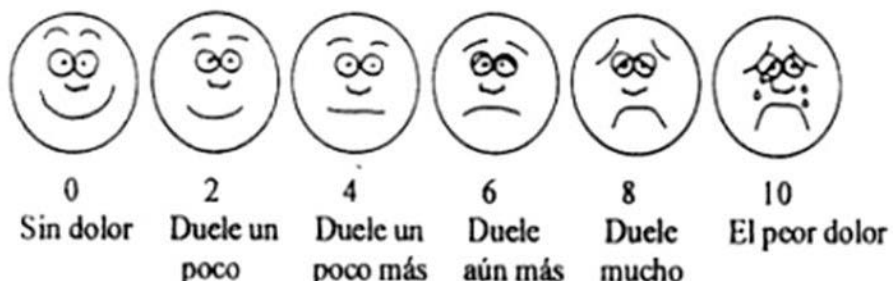
Para valorar el dolor es útil tener en cuenta el proceso que padece el niño, los cambios físicos (aumento de la frecuencia respiratoria y cardiaca, piel fría, sudor, etc) y las escalas de valoración del dolor.

Una buena valoración nos permite graduar el dolor y medir respuesta a la intervención médica, la cual deberá ser acorde con la intensidad del dolor y con pleno conocimiento de los medicamentos que tengamos a nuestro alcance.

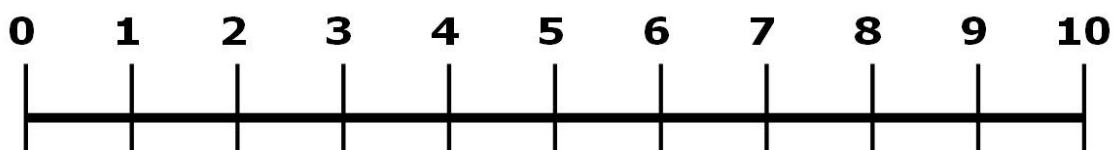
Hay diferentes escalas según la edad del niño:

- **Menores de 3 años** (el niño no nos refleja cuánto le duele). Utilizaremos escalas **objetivas** que tienen en cuenta la tensión arterial, el llanto, los movimientos, la expresión facial y verbal. Los recién nacidos también tienen escalas propias del dolor.
- **De 3 a 6 años** (el niño nos puede expresar cuánto le duele): Escalas **subjetivas** como: escalas de colores o dibujos faciales.

Escala de caras Wong-Baker: elija la cara que mejor describe la manera como se siente.



- **De 6 a 12 años** (a esta edad ya nos puede contar cuánto le duele): Usamos escalas **subjetivas** como: numéricas, analógico visuales o de colores



0 no dolor 1-2 dolor leve 3-6 dolor moderado 7-8 dolor intenso 9-10 el peor dolor imaginable

- **Mayores de 12 años:** Usamos escalas subjetivas como escalas numéricas, visuales o verbales (que gradúen el dolor con palabras).

Las escalas puntúan de 0 a 10, siendo 0 ausencia de dolor y 10 máximo dolor.

### ¿Cómo puedo tratar el dolor?

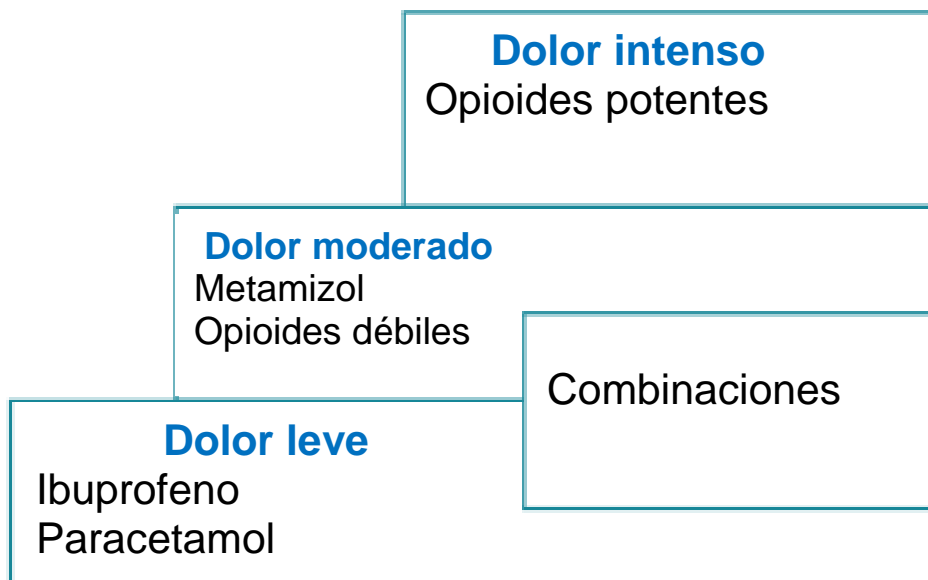
Es muy importante adecuar el tratamiento a la edad del niño y a las características del dolor. Para ello, el pediatra le orientará sobre el mejor tratamiento en cada caso. Llamamos fármaco analgésico a aquél que alivia el dolor. Hay muchos analgésicos que se pueden clasificar según la potencia de acción y deberemos escoger según el grado de dolor del niño:

- **Dolor leve.** Habitualmente será suficiente un analgésico por boca. Se suelen utilizar paracetamol o ibuprofeno. Los padres pueden usarlo tras valorar si el niño tiene dolor, usando la dosis recomendada por su médico o la del prospecto. Nunca se usarán para “prevenir” el dolor sino para tratarlo. Como todos los fármacos no están exentos de efectos secundarios por lo que su uso debe ser juicioso.
- **Dolor moderado.** Pueden ser necesario combinar fármacos. Preferentemente se usarán por boca, pero se puede necesitar la vía subcutánea, intramuscular (ambos pinchados), rectal o intravenosa. Los fármacos más utilizados son metamizol, codeína, diclofenaco y tramadol, pudiendo combinarse con los anteriores. Estos fármacos deben ser pautados por un médico.
- **Dolor grave.** Suele ser necesario utilizar opioides por vía intravenosa. Se utilizan, entre otros, cloruro mórfico o fentanilo. Los opioides son medicamentos que actúan en el cerebro reduciendo la intensidad de las señales de dolor y son los fármacos más potentes. Sólo los usaremos en casos muy especiales y siempre pautados por un médico.

Teniendo en cuenta si el dolor es agudo o crónico, también cambia el manejo. En el **dolor agudo** intenso se usan fármacos que aseguren una respuesta efectiva según el grado de dolor.

En niños con **dolor crónico**, se empieza con el fármaco menos potente que haya resultado efectivo previamente. En estos casos es importante iniciar el tratamiento precozmente cuando inicie el dolor para evitar que vaya a más.

El tratamiento del dolor será pautado por el médico que decidirá cuáles son los mejores medicamentos para el caso en concreto, la forma idónea para administrarlos y el tiempo total que durará el tratamiento.



Escala de la Organización Mundial de Salud (OMS) adaptada

### ¿Hay alguna forma de aliviar el dolor sin usar fármacos en un bebé?

En ocasiones determinadas, cuando ya sabemos el motivo del dolor del niño o porque vayan a realizarle un procedimiento doloroso (ej: analítica) podemos aliviarle el dolor sin fármacos como:

- Evitar estímulos luminosos, hambre, ruidos, frío. Respetar su horario de descanso.
- Evitar o agrupar manipulaciones al bebé.
- Favorecer el contacto piel con piel o el método canguro.
- Masajes (por ejemplo para los cólicos).
- Alimentación con lactancia materna.
- En ocasiones en un centro sanitario se le puede ofrecer “sacarosa”. Es un azúcar que puede disminuir el dolor y calmar al niño de forma puntual.

### ¿Cuándo debo consultar o preocuparme por el dolor?

Los signos de alarma que debemos vigilar en el dolor en los niños son, entre otros:

- Alteración del estado general del niño.
- Asociado a palidez, náuseas y vómitos frecuentes.
- Asociado a síntomas como rigidez de la nuca, debilidad de algún músculo o cambios en la visión o en el habla.

- Dolor que le impide hacer su vida normal (ir al colegio)
- Dolor que le despierta durante la noche.

Hay que tener presente que los padres son los mejores aliados durante cualquier proceso doloroso. Pueden ayudar explicando los pasos del procedimiento y las sensaciones que tendrá, calmando y consolando al niño.