

Cómo hacer más cómodos los procedimientos con agujas

Promesa de comodidad es un plan de 5 pasos que ayuda a los niños y adolescentes a:

- Sentir que tienen más control sobre la situación.
- Participar en su propia atención.
- Hacer frente a futuros eventos de atención médica.
- Tener una mejor experiencia en general.



1. Adormecer la piel

La crema de lidocaína adormece la piel para que su hijo sienta menos el pinchazo. Crema de lidocaína:

- Puede usarse en personas de todas las edades, desde recién nacidos a término hasta adultos.
- Es más eficaz si se aplica sobre la piel de su hijo entre 30 y 60 minutos antes del procedimiento con agujas.
- Puede aplicarla en casa antes de la cita de su hijo o pedirla antes del procedimiento.
- No necesita receta médica.



Escanee el código QR de la derecha para obtener información sobre:

- Dónde conseguir crema de lidocaína al 4 %
- Cómo aplicarla a su hijo
- Información de seguridad importante



2. Posiciones de confort

- Permitir que los niños permanezcan sentados durante un procedimiento los ayuda a sentirse cómodos y con mayor control.
- Usted o un miembro del personal pueden sostener a su hijo durante el procedimiento.
- Ayuda a que su hijo se sienta cómodo y permanezca quieto y seguro.
- Se puede envolver a los bebés en una manta y sostenerlos en brazos.

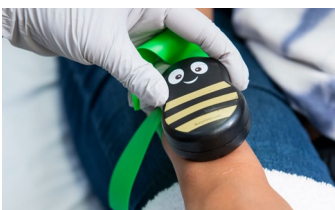
3. Distracción

Puede distraer a su hijo ayudándole a concentrarse en algo que no sea el procedimiento. Algunas ideas:

- Ayudar a su hijo a entretenerse con libros, sonajeros, juguetes, un teléfono o una tableta.
- Jugar a contar o al "Veo, veo."
- Cantar o escuchar música.
- Ayudar a su hijo a respirar profundamente.



Pregunte a un miembro del personal de Children's Mercy sobre otras opciones de distracción, como:



Buzzy®



Shot Blocker®



Cold Spray

4. Sacarosa (agua azucarada)

- La sacarosa puede reducir el dolor en bebés de hasta 18 meses de edad.
- Administre sacarosa de 2 a 3 minutos antes del procedimiento. Puede seguir administrándola durante el procedimiento.
- Puede administrar la sacarosa con un chupete, una jeringa o un dedo limpio.

O bien: lactancia materna

- Amamantar durante un procedimiento con agujas puede ayudar a que su bebé sienta menos dolor.
- Debe comenzar a amamantar de 2 a 5 minutos antes del procedimiento y continuar durante este.
- Si su bebé suelta el pecho, ayúdalo suavemente a volver a prenderse y continúe cuando esté listo.

5. Recuerdo después de un pinchazo

Lo que diga después de un pinchazo ayuda a determinar cómo recordará su hijo la experiencia. Use palabras amables y sencillas para recordarle lo que salió bien.

Consejos para hablar con su hijo

» Hable sobre lo que salió bien.

- ¡Mantuviste el brazo muy quieto!"
- "Respiraste muy bien y profundamente."
- "La enfermera fue amable y te ayudó."
- "El pinchazo terminó rápido."

» Ayude a su hijo a recordar lo que realmente pasó.

- "Sí, lloraste. Fue solo por un ratito y después fuimos al parque."

» Recuérdele a su hijo que fue valiente y hable sobre lo que lo ayudó.

- "¡Fuiste muy valiente! ¡Estoy muy orgulloso de ti!"
- "Tu juguete te ayudó durante el pinchazo."

Otros consejos

- Dígale la verdad. Háblele a su hijo con anticipación sobre una vacuna, una extracción de sangre u otro procedimiento con agujas.
- Concéntrese en cómo afrontar el procedimiento, no en el dolor. Hable sobre la posición en la que estará su hijo y sobre qué puede ayudar a distraerlo durante el procedimiento.
- Asegúrese de que su hijo coma y beba, a menos que le hayan indicado que no lo haga.
- Haga que su hijo use una camiseta de manga corta.
- Si su hijo se ha desmayado anteriormente o se marea durante los procedimientos con agujas, haga que se siente y apriete las rodillas una contra otra varias veces antes del pinchazo. Esto puede ayudar a evitar que se desmaye.

**Obtenga más información sobre
Promesa de comodidad**



Su opinión es importante. Conozca cómo los pacientes y las familias ayudan a mejorar la atención. Visite [childrensmc.org](https://www.childrensmc.org) y busque "Patient Experience" (Experiencia del paciente).

