



### Impreso de la Krames Online:

<http://mhsindiana.kramesonline.com/Spanish/3,S,41118>

Cerrar

## Cuidados de hospicio: La importancia de controlar el dolor

El control del dolor es el uso cuidadoso de tratamientos analgésicos para reducir el dolor. Toda persona tiene derecho a que se le alivie el dolor. El objetivo principal del control del dolor en los cuidados de hospicio es mejorar la calidad de vida. Además, el control del dolor puede mejorar las funciones físicas y mentales de una persona. Quizás le preocupe que usted o su ser querido vaya a recibir medicamentos para el dolor. Esta hoja le ayudará a aclarar estas inquietudes. Dirija cualquier pregunta que tenga al personal encargado de los cuidados de hospicio.

Los **opiáceos**, como la morfina, la oxycodona, el fentanilo, la hidromorfona, el levorfanol y la metadona, son el tipo de medicamento que se emplea más frecuentemente para controlar el dolor en los cuidados de hospicio.

También pueden usarse medicamentos no opiáceos, como el acetaminofén y los medicamentos antiinflamatorios no esteroides. Debería conversar sobre esto con su proveedor de atención médica.

Si el dolor persiste y la respuesta a la terapia con medicamentos opiáceos no es buena, hable con su proveedor de atención médica sobre otras opciones de terapia con analgésicos.

Es importante que sepa que los pacientes mayores tienen más probabilidades de presentar problemas en el hígado o los riñones relacionados con la edad si usan ciertos medicamentos analgésicos.

Pregúntele a su proveedor de atención médica qué medicamento sería el adecuado para usted en su caso particular y tome esos medicamentos con sumo cuidado.



**El dolor se maneja más fácilmente cuando los analgésicos se administran regularmente y siguiendo el horario establecido.**

### ¿Por qué es importante controlar el dolor?

Controlar el dolor es esencial para mejorar la calidad de vida. El dolor impide que las personas hagan las actividades que disfrutaban, que hablen y pasen tiempo con los demás. Puede afectar el estado de ánimo y la capacidad para pensar. Además, el dolor puede causar dificultades para comer y dormir, lo que puede empeorar otros síntomas. El dolor causa angustia y sufrimiento a los pacientes y sus seres queridos. El dolor también aumenta la presión arterial, la frecuencia cardíaca y puede afectar la recuperación de manera negativa. Controlar el dolor ayuda a aliviar el sufrimiento.

### ¿Cómo se controla el dolor?

El control del dolor se realiza mayormente con la ayuda de medicamentos. Los medicamentos para el dolor (analgésicos) funcionan mejor si se usan regularmente a un horario preestablecido. No debe esperarse hasta que el dolor se vuelva intenso para tomarlos. El plan para controlar el dolor puede incluir más de un tipo de analgésico. Quizás se administren distintos tipos de medicamentos con el tiempo para ver cuál de ellos funciona mejor. Los analgésicos pueden administrarse de muchas maneras, como en pastillas, goteo intravenoso, líquido oral o parche. Pueden cambiarse las dosis para asegurar la máxima eficacia. El cuerpo puede acostumbrarse a un medicamento, por lo cual se requerirá aumentar la dosis con el tiempo. Este fenómeno se llama **tolerancia** y es normal dentro del control del dolor en los cuidados de hospicio. Aunque tal vez no se pueda eliminar el dolor por completo, en muchos casos los medicamentos aportan un alivio muy considerable.

### Inquietudes sobre los medicamentos para el dolor

El uso de analgésicos podría despertarle muchas preguntas. En las noticias se publican artículos de personas adictas a los analgésicos. La adicción surge cuando se usa un medicamento después de que ha dejado de ser necesario. Este problema no afecta a las personas que están recibiendo cuidados de hospicio. Es probable que se necesiten analgésicos hasta el momento de la muerte. Quizás le preocupe también que los medicamentos para el dolor pueden acortar la vida; esto no es cierto. También podría preocuparle la posibilidad de que los analgésicos adormezcan a una persona hasta el punto de impedirle hablar. Se procederá con sumo cuidado para tratar el dolor y a la vez asegurar que el paciente se mantenga lo suficientemente alerta como para hablar con su familia. En los cuidados de hospicio, el control del dolor se realiza cuidadosamente para evitar problemas.

## ¿Cómo manejar los efectos secundarios?

El proveedor de atención médica explicará los posibles efectos secundarios de estos medicamentos. Algunos de estos efectos son estreñimiento, picazón, náusea, vómito, cansancio extremo o confusión mental. La mayoría de estos efectos desaparece después de un corto tiempo. Le darán tratamiento para esos síntomas.

### Otras maneras de tratar el dolor

Hay otras maneras de aliviar el dolor, que pueden ponerse en práctica junto con los analgésicos. Consulte al personal de cuidados de hospicio sobre las siguientes técnicas:

- Visualización guiada
- Toque o tacto terapéutico
- Acupuntura
- Masajes
- Terapia musical o artística
- Terapia con mascotas
- Terapia con calor y frío

## El papel del paciente

Usted desempeña un papel fundamental en el control de su dolor; entre otras cosas, usted debe:

- Notificar al personal de cuidados de hospicio cuando sienta dolor. Si expresa claramente que tiene dolor, al personal le será más fácil tratarlo.
- Informar al personal de cuidados de hospicio acerca de los efectos secundarios que usted tenga.
- Llevar un registro del dolor. Anote la intensidad de su dolor y el momento en que le aparece. También debe anotar los medicamentos que ha tomado, a fin de que el personal de cuidados de hospicio se los ajuste según sea necesario.
- Tomar los medicamentos según las indicaciones. Si espera demasiado para tomar el analgésico, el dolor será más difícil de controlar y quizás haga falta aumentar la dosis.

## El papel de los familiares

Quizás le resulte difícil entender cómo se siente su ser querido. Sin embargo, el dolor del paciente es real. Usted puede ayudar a su ser querido registrando el dolor en un diario. Asegúrese de que los medicamentos se le administren puntualmente. No "ahorre" ni espere para administrar los analgésicos, ya que esto puede causar mayor dolor y síntomas de abstinencia. Los analgésicos surten su máximo efecto si se toman a un horario regular, antes de que el dolor se intensifique. Recuerde que el alivio eficaz del dolor es una parte esencial de los cuidados de hospicio, porque permite que su ser querido tenga la mejor calidad de vida durante el tiempo que le queda.

© 2000-2018 The StayWell Company, LLC. 800 Township Line Road, Yardley, PA 19067. Todos los derechos reservados. Esta información no pretende sustituir la atención médica profesional. Sólo su médico puede diagnosticar y tratar un problema de salud.