

Manejo del dolor

Las personas que padecen de cáncer tienen alta probabilidad de sufrir dolor. Es importante identificarlo oportunamente para poder intervenir y evitar que se alteren las actividades diarias.

Estos son algunos síntomas asociados al dolor:

- o Cansancio.
- o Alteración del sueño y el apetito.
- o Aislamiento social.
- o Cambios en el comportamiento: ansiedad, irritabilidad, desesperanza, temor.
- o Imposibilidad para realizar actividades que anteriormente hacía.

Para manejar el dolor existen dos tipos de estrategias:

Con medicamentos:

Estos se deben utilizar siempre bajo indicación médica; no se debe alterar la dosis sin antes consultar con el personal especializado. Recuerden que estos deben conservarse fuera del alcance de los niños.

Sin medicamentos:

El paciente puede realizar actividades que distraigan el dolor y permitan calmar algunos síntomas, como: reuniones sociales, recibir masajes suaves, meditación, escuchar música, yoga, bailar, practicar trabajos artísticos, entre otros.

