

# ¿Cómo reconocer y evaluar el dolor físico de mi hijo o hija?

El dolor es una experiencia sensorial y emocional desagradable asociada a una lesión real o potencial. Cuando el dolor persiste por más de 3 meses, se considera es un dolor crónico.

El dolor crónico puede ser continuo, recurrente o puede presentarse en episodios, es decir, períodos de exacerbación severa sobre un dolor leve o moderado de base.

El dolor es un síntoma que afecta la calidad de vida de los niños, en especial si es crónico, por lo que es importante reconocerlo e informarlo, para poder realizar un tratamiento adecuado y oportuno.

En ocasiones, identificar que un niño o niña tiene dolor es desafiante, en especial en los niños pequeños o aquellos con una discapacidad neurológica no pueden expresarlo verbalmente.



# ¿Cómo puedo saber si mi hijo tiene dolor?

Tenga en cuenta las siguientes alternativas para identificar el dolor:



- Llanto constante.



- No quiere realizar actividades que anteriormente hacía: deportes, lúdicas, juegos.



- Alteraciones del sueño: no duerme bien.



- Se muestra ansioso o triste.



- Cambios de comportamiento: el niño se queda muy quieto, se irrita o disgusta con facilidad o muestra temor.



- Quiere estar solo



- Los niños mayores de 18 meses ya logran verbalizar y localizar el dolor. Así mismo, a medida que van creciendo, pueden caracterizarlo y hallar más fácil la causa.

# ¿Cómo se caracteriza el dolor?

Estas son algunas preguntas que podrían ayudar:

- ¿En qué momento aparece? Algún momento u hora del día en específico.
- ¿En qué parte del cuerpo se ubica?
- ¿Qué tanto duele? Puede utilizar una escala de 1 al 10
- ¿Qué mejora o empeora el dolor?

También es importante tener en cuenta si ha tenido episodios similares previamente, si ha recibido medicamentos y ha mejorado con estos.

## ¿Qué hacer cuando se ha identificado el dolor?

Estos aspectos deben comunicarse al personal médico tratante, para que pueda dar un manejo adecuado. Se recomienda llevar un registro diario o cronograma de síntomas, anotando la fecha y hora en la que ocurre, juntos con todas las características mencionadas previamente. De esta forma se podrá conocer con más detalle las características del dolor del paciente y tomar la mejor decisión respecto al tratamiento.

*Ante cualquier inquietud, comuníquese con el equipo de Cuidados Paliativos Pediátricos.*

Correo: [cuidandodeti@fvl.org.co](mailto:cuidandodeti@fvl.org.co)  
Teléfono: 331 9090 ext. 7731