

## ¿HAY OTRAS FORMAS DE ALIVIAR EL DOLOR?

Depende de la enfermedad y de la intensidad del dolor que siente el paciente. Algunas veces se puede aliviar el dolor por medios de otros tratamientos como:

- Acupuntura (técnica que usa agujas pequeñas para bloquear el dolor)
- Intentar olvidar que tiene dolor mirando películas, juegos y manteniendo conversaciones con otras personas.
- Estimulación eléctrica (técnica que usa pequeñas cantidades de corrientes eléctricas para aliviar el dolor)
- Ejercicio físico
- Masajes
- Compresas calientes o frías
- Relajación

## ¿QUÉ EFECTOS SECUNDARIOS TIENE LOS ANALGÉSICOS?

Los efectos secundarios pudieran ser: estreñimiento, náusea, vómitos, picor y adormecimiento. En caso que los presente llame inmediatamente al médico o a la enfermera.

## PREGUNTAS PARA HACERLE AL MÉDICO?

- ¿Qué analgésicos me van a recetar o administrar?
- ¿Puede explicarme las dosis y los horarios en que debo tomar el medicamento?
- ¿Con qué frecuencia debo tomar el medicamento?
- ¿Por cuánto tiempo debo tomar el analgésico?
- ¿Puedo tomar el analgésico junto con las comidas?
- ¿Puedo tomar el analgésico junto con otros medicamentos?
- ¿Debo abstenerme de consumir alcohol cuando tomo un analgésico?
- ¿Cuáles son los efectos secundarios?
- ¿Qué debo hacer si el medicamento me provoca malestar estomacal?
- ¿Qué puedo hacer si el medicamento no me funciona?
- ¿Qué más puedo hacer para ayudar a aliviar el dolor?

---

Manatí Medical Center  
Calle Hernández Carrión, Urb. Atenas  
Manatí, Puerto Rico  
Programa Educación a Paciente y Familia  
julio 2022



## TODO LO QUE NECESITA SABER SOBRE EL TRATAMIENTO DEL DOLOR

Speak Up  
By:  
Joint Commission

La información que se provee en este folleto es solo con fines educativos. Es importante que siempre consulte a su médico sobre la condición, tratamientos, seguimientos y servicios.

## INFORMACIÓN SOBRE SU DOLOR

### ¿ES IMPORTANTE QUE LOS MÉDICOS /ENFERMERAS ME HAGAN PREGUNTAS CONSTANTEMENTE SOBRE MI DOLOR?

Sí, porque el dolor cambia con el transcurso del tiempo o porque el analgésico puede no estar teniendo el efecto esperado.

### ¿QUÉ DEBO DECIRLE A MI MÉDICO / ENFERMERA SOBRE EL DOLOR QUE SIENTO?

Dígale que siente dolor. El personal le pedirá que describa su dolor en una escala del 0 al 10 (de poco a mucho dolor). No dejes de decirle dónde y cuándo siente dolor. Cuanto más sepa sobre el dolor que siente, mejor será el tratamiento que podrá darle para aliviar el dolor.

### PARA DESCRIBIR SU DOLOR, PUEDE USAR LAS SIGUIENTES PALABRAS:

- fijo y continuo
- presión
- hinchazón
- distensión
- arde
- irradiación
- calambre o retorcijón
- quema
- viene y se va
- agudo
- constante
- fulgurante
- incisivo
- inflamación
- sordo
- punzante
- adormecimiento
- pulsátil
- tensión
- prensado

### ¿QUÉ PUEDO HACER SI EL DOLOR SE HACE MÁS FUERTE?

Avise a su médico/enfermera. Dígale qué tan fuerte es el dolor y si lo siente en la mayor parte del cuerpo. También hágale saber al médico si el analgésico no le está haciendo efecto.

### ¿DEBO INCLUIR EL ANALGÉSICO EN MI LISTA DE MEDICAMENTOS?

Sí, incluya en la lista de medicamentos todos los analgésicos que toma, los recetados y los de venta sin receta.

### ¿QUÉ SE PUEDE HACER PARA TRATAR EL DOLOR QUE SIENTO?

Hay varias formas en las que se puede tratar un dolor:

- Puede ser a través de medicamentos y hay otras alternativas para aliviar el dolor sin tener que tomar medicamentos. Hable con su médico.

### ¿QUÉ MEDICAMENTOS SE USAN EN GENERAL PARA TRATAR EL DOLOR?

Están los analgésicos (paracetamol o acetaminofén, aspirinas, ibuprofeno, naproxeno y opiáceos son algunos de los que se usan para aliviar el dolor)

Muchos de estos medicamentos se venden como píldoras, líquidos, supositorios y parches cutáneos.