



## eliminar las barreras para el control del dolor y de la fatiga Técnicas fundamentales de enseñanza

### Evaluación del dolor

- 1. ¿Hay algún beneficio si se tiene dolor o se sufre por el dolor?**
  - Si hay dolor continuo, todos los aspectos de su vida se ven afectados (apetito, funciones, emociones, ánimo, sueño y otras áreas).
  - Es mejor detener el dolor antes de que se agrave y sea más difícil de controlar.
- 2. ¿Tienen los pacientes derecho a recibir un tratamiento adecuado para el dolor?**
  - Sí, los pacientes merecen el mejor tratamiento posible para el dolor.
- 3. ¿Es importante describir el dolor a su médico para que pueda comprenderlo mejor y tratarlo?**
  - Sus proveedores de atención médica pueden pedirle que describa su dolor para tratarlo efectivamente. ¿Es agudo? ¿Punzante? ¿Sordo? ¿Constante? ¿Quema? ¿Persistente? Si describe su dolor, el médico podrá seleccionar los mejores medicamentos y tratamientos para su dolor específico.
- 4. ¿Conviene utilizar una escala para medir su dolor y comunicarlo a otras personas?**
  - Al igual que se utiliza un termómetro para controlar la fiebre para saber la temperatura exacta, usamos las escalas del dolor, con un puntaje de 0 = sin dolor y 10 = el peor dolor, para capturar mejor su experiencia del dolor.
- 5. ¿Pueden los médicos y enfermeros saber cuánto dolor tiene usted?**
  - El dolor es una experiencia muy individual, por lo tanto, es importante que usted les diga a los médicos y enfermeros si tiene dolor. Por favor, describa el tipo de dolor y califíquelo en la escala de 0 = sin dolor a 10 = el peor dolor.
- 6. ¿Cuánto alivio para el dolor podrá tener?**
  - No todas las personas tendrán un puntaje del dolor "0" todo el tiempo, por consiguiente, es importante buscar el mayor alivio posible para el dolor y los efectos secundarios. Es posible que el alivio del dolor o de los efectos secundarios no ocurra inmediatamente. A veces, son necesarios varios ajustes para ayudarle a usted a alcanzar el mejor alivio posible.
- 7. ¿Tiene preguntas especiales sobre el dolor o la evaluación del dolor?**



## Cómo eliminar las barreras para el control del dolor y de la fatiga Técnicas fundamentales de enseñanza

### Sesión 2 Control del dolor

1. **¿Puede controlarse bien el dolor con medicamentos tomados por la boca?**
  - Sí, la gran mayoría de los pacientes alivian su dolor por medio de medicamentos tomados por la boca.
2. **Si estos medicamentos no funcionan, ¿hay otras opciones disponibles?**
  - Hay muchos tipos de medicamentos disponibles y varios modos de administrarlos. Si los medicamentos orales no son efectivos, hay otras posibilidades.
3. **Cuando se utilizan medicamentos como la morfina y otros similares para aliviar el dolor, ¿hay problemas de adicción?**
  - Es muy poco frecuente el abuso de los medicamentos utilizados para el tratamiento contra el cáncer, como la morfina u oxicodona, pero a veces ocurre. La adicción ocurre muy raramente en aquellas personas que toman medicamentos para el dolor.
4. **Si usted toma medicamentos fuertes para el dolor ahora ¿tendrán efecto después?**
  - Sí, los medicamentos para el dolor pueden tomarse durante meses o años y las dosis pueden ajustarse según sea necesario.
5. **¿Es frecuente que los pacientes tomen menos medicamentos que lo indicado?**
  - Los pacientes toman a menudo menos medicamentos para el dolor para reducir los efectos secundarios.
  - El mejor criterio es equilibrar el alivio del dolor más eficaz con la menor cantidad posible de efectos secundarios.
  - También es posible que los pacientes tomen menos medicamentos que los recetados por otras razones, como por ejemplo, porque no tienen dinero para comprarlos o por otros motivos.
6. **¿Qué tipos de medicamentos se utilizan para el dolor?**
  - El tratamiento para el dolor puede abarcar una combinación de no opioides (como Motrin o Tylenol), opioides (como la morfina, oxicodona, hidrocodona) y otros medicamentos.
7. **¿Causan efectos secundarios los medicamentos para el dolor?**
  - La constipación y la sedación son los efectos secundarios más comunes de los medicamentos para el dolor.
  - Los efectos secundarios de los medicamentos deben tratarse con mucho énfasis. Dígale a su médico o enfermera antes de que los efectos secundarios sean graves.
8. **¿Son útiles para aliviar el dolor los tratamientos que no son a base de medicamentos?**
  - Además de los medicamentos, muchas cosas pueden ayudarle a aliviar el dolor. La aplicación de calor, frío o el ejercicio pueden ser muy útiles, o la visualización de imágenes y la distracción pueden ayudar.
9. **¿Tiene preguntas especiales sobre el control del dolor?**
10. **Por favor, avísele a su médico o enfermero si tiene alguna inquietud con respecto a tomar sus medicamentos o dificultades para obtenerlos. Ya han tratado estos temas con anterioridad y le ayudarán.**