

MANEJO DEL DOLOR

 Recuerde que usted tiene un papel importante en su recuperación

Existen distintas estrategias para el manejo del dolor:

- ▶ Medios **No farmacológicos** como los medios físicos (terapia frío-calor, la posición, los masajes, terapia respiratoria y física) y psicológicos (acompañamiento psicoterapéutico, mindfulness, meditación, entre otros).
- ▶ Medios **farmacológicos** formulados por el personal a cargo con conocimiento de sus antecedentes médicos y el tipo de cirugía o procedimiento realizado.



¡IMPORTANTE NO SE AUTOMEDIQUE!

si el dolor persiste o se hace muy intenso o incapacitante a pesar del manejo formulado por su médico, por favor reconsulte por el servicio de urgencias. Puede ser un signo de alarma.



¿Qué debe esperar de su dolor?

- ▶ Que este disminuya gradualmente a medida que cicatrizan los tejidos.
- ▶ Puede presentar **dolor de rebote** (incremento del mismo) cuando pase el efecto de la anestesia regional. Es por ello que, a pesar de no sentir dolor posterior a este tipo de bloqueos, usted debe empezar la toma de medicamentos analgésicos por horario de acuerdo a la formulación.



DOLOR POSTOPERATORIO



¿Qué es el dolor?

El dolor es una experiencia emocional y sensorial desagradable asociada a una lesión en un tejido. Típicamente causada por un daño real como el que se produce durante una cirugía.

¿Por qué siento dolor?

 El dolor es un mecanismo de alarma y defensa de nuestro cuerpo

Es esperable que usted sienta dolor después de una cirugía, que no es otra cosa que un trauma de tejido controlado y cuidadosamente planeado. Así como le duele al cortarse un dedo, durante la cirugía se cortan tejidos lo que generará inflamación y estímulo doloroso.

Es por ello que el Hospital Universitario San Ignacio (HUSI) cuenta con un equipo profesional capacitado para evaluar y manejar su dolor. Aunque estaremos interrogándolo activamente al respecto, es importante que usted nos haga saber si, a pesar del manejo inicial, continúa presentando dolor y qué tan intenso es para poder ayudarlo.

¿Cómo se mide el dolor?

Es fundamental para su médico tratante poder valorar adecuadamente su dolor. Es por esto que existen **diferentes escalas** que sirven para que usted pueda clasificar este síntoma y manifestarlo con el fin de recibir el tratamiento adecuado.

▶ Escala visual análoga (EVA) y verbal numérica:

Permite medir la intensidad del dolor y cuantificarlo en un intervalo de cero al diez. Siendo cero la ausencia de dolor y diez el dolor más intenso que usted se pueda imaginar.



▶ Escala de las caras (Wong-Baker):

Presenta caras de dibujos animados y las emociones que representan. Usted debe señalar la que se adapta mejor a su nivel de dolor.



¿Qué metas esperamos?

- ▶ Que el dolor sea **tolerable o controlado**, de forma que le permita realizar actividades de rehabilitación y autocuidado.
- ▶ **Recuperación** de sus funciones corporales lo mejor y más pronto posible.
- ▶ **Evitar complicaciones y efectos secundarios no deseados**, asociadas al mal control del dolor o al uso excesivo de medicamentos para su alivio.

Buscar la desaparición absoluta del dolor puede llevar a complicaciones asociadas a la sobredosificación de medicamentos y por ende es peligroso.

