



UCSF Benioff Children's Hospitals

Una Promesa de Alivio

Prometemos hacer todo lo posible para prevenir y tratar el dolor causado por las punciones de aguja. Para todos los niños. Siempre.

Nadie quiere ver a su niño/a sufrir. Por eso, ya sea que su niño/a necesite una vacuna, una extracción de sangre o la colocación de un catéter intravenoso, nuestro personal experimentado y compasivo colaborará con usted y su niño/a para utilizar herramientas y técnicas sencillas que funcionen para su familia, para reducir el dolor.

Nuestro kit de herramientas para aliviar el dolor

Las herramientas que utilizamos – y cómo las utilizamos – varían según la edad de desarrollo y lo que es mejor para su niño/a. Encontrará más información sobre cada una de ellas en nuestro sitio web.



Crema anestésica

Hace que los procedimientos con aguja sean menos dolorosos



Las posiciones cómodas

Ayudan a los niños a sentirse tranquilos y seguros



Las distracciones

Centran la atención en una actividad entretenida



Las opciones

Le brindan al paciente una cierta sensación de control



La lactancia o el agua azucarada

Calman y reducen el dolor en los bebés



Moldear las memorias

Reestructura la experiencia de una forma positiva

Para obtener más información, visite ucsfbenioffchildrens.org/comfort-promise



Fecha (Date): _____

Nombre/Pronombres (Name/Pronouns): _____

Fecha de nacimiento (Date of birth): _____

Mis decisiones

- No información (No information)
- Información limitada (Limited information)
- Díganme todo (Tell me everything)
- Explicaciones paso a paso (Step-by-step explanations)
- Conteo regresivo (Count down)
- Quiero ver (I want to watch)
- Pulgares hacia arriba = listo/a (Thumbs up = ready)
- Pulgares hacia abajo = necesito un descanso (Thumbs down = need a break)

Mi Plan Para Sobrellevar Dificultades

Por favor complete y despegue la tarjeta a su derecha y tráigala a sus citas



UCSF Benioff Children's Hospitals

Consejos adicionales

Si busca aún más formas de ayudar a su niño/a a afrontar el dolor y la ansiedad de un procedimiento con aguja, considere estas prácticas de apoyo:

- Ayude a su niño/a a entender lo que va a suceder. Explíquelo que el procedimiento es necesario para que su cuerpo esté sano. No le diga que no le va a doler. En cambio, opte por decirle: “Es posible que sientas un pinchazo o presión, y puedes usar tu [objeto de distracción preferido] para que sea más fácil”.
- Escriba ideas de como afrontar el dolor en una tarjeta. Pídale a su niño/a que le indique cómo le gustaría que se hagan las cosas durante el procedimiento con la aguja.
- Asigne a su niño/a una tarea. Por ejemplo, explíquelo que su tarea consiste en mantener el brazo quieto o apretar su mano.
- Pídale que respire profundamente. Anímele a respirar tranquilamente antes de la intervención y a hacer grandes exhalaciones para “ahuyentar el dolor” durante la misma.



Cuando su niño/a necesita apoyo adicional

Si las herramientas y técnicas de alivio que ofrecemos no son suficientes para que su niño/a pueda controlar el dolor de la aguja, hable con nosotros sobre otras opciones.

Estas pueden incluir:

- El juego terapéutico
- Técnicas de relajación
- Preparación adicional y apoyo con nuestros especialistas en vida infantil
- Tratamiento de salud conductual
- Medicamentos calmantes



Una promesa de alivio es una iniciativa del Centro Pediátrico Stad para el Dolor y la Medicina Paliativa e Integrativa.


UCSF Benioff Children's Hospitals

12.2023-WF259983S

Mis Preferencias para Sobrellevar Dificultades

- Brazo izquierdo (*Left arm*)
- Brazo derecho (*Right arm*)
- Crema anestésica (*Numbing cream*)
- Calor (*Heat*)
- Mi propio objeto de confort (*My own comfort item*)
- Imágenes/ejercicios respiratorios (*Imagery/breathing exercises*)
- Abrazo de confort (mencione la preferencia) (*Comfort hold preferences*):

Mis Preferencias de Distracción

- Pelota para aliviar el estrés/juguetes (*Stress ball/fidgets*)
- Barajas para distracción (*Distraction cards*)
- Juguete giratorio (*Light spinner*)
- Aplicación móvil para la distracción (*Distraction app*)
- Burbujas (*Bubbles*)
- Mi propio dispositivo electrónico (*My own electronic device*)
- Conversación (*Conversation*)
- Otro (*Other*): _____

Para los Bebés

- Envolver al bebé (*Swaddle*)
- Sacarosa (agua azucarada) (*Sucrose*)
- Dar de lactar (*Breastfeeding*)
- Piel con piel (*Skin to skin*)
- Caricia terapéutica (*Therapeutic touch*)
- Abrazo de confort (mencione la preferencia) (*Comfort hold preferences*):