



En los próximos días comenzará la vacunación frente al Covid-19 en los niños y niñas de nuestro país de edad entre 5 y 11 años. Esto supondrá un gran avance en la lucha contra la pandemia que nos invade, pero también será un gran reto para hacerlo de forma segura, atendiendo en todo momento a la idiosincrasia de estas edades. Uno de los temas más importantes es abordar el dolor infantil, el miedo a las agujas en la infancia y todas las consecuencias negativas que lleva en la vida de estos niños sino se aborda correctamente.

Algunos “expertos” están recomendando en los medios de comunicación que los niños deben vacunarse frente al Covid-19 **y que no debemos preocuparnos por el dolor que este pinchazo les pueda provocar. Este es un mensaje muy pernicioso para la salud global del niño, ya que sabemos que el mal abordaje del dolor en la infancia trae consigo personas con más riesgo de padecer dolor crónico.**

El dolor agudo infantil, que se asocia con procedimientos con agujas puede producir cambios permanentes en el neurodesarrollo, que se pueden manifestar tardíamente, como hipersensibilidad al dolor y alteraciones en el desarrollo cognitivo y del aprendizaje, derivando hacia un dolor crónico con importantes cargas, secuelas físicas y psicológicas, que pueden influir en los resultados de salud del niño de por vida.

Se estima que hasta el 25% de los adultos tienen miedo a las agujas, y la mayoría de los temores se desarrollan en la infancia. El dolor con agujas no tratado puede tener consecuencias a largo plazo, como la fobia a las agujas, la ansiedad preoperatoria, la hiperalgesia y la evitación de la atención médica, lo que resulta en un aumento de la morbilidad y la mortalidad. Los procedimientos con agujas, como las vacunaciones, son fuente de dolor y ansiedad de nuestros pacientes y sus familiares. Y también, de otras personas que dejan de vacunarse a sí mismos y a sus hijos.

De acuerdo con la Declaración de Montreal de 2010, de la Asociación Internacional para el Estudio del Dolor (IASP) el acceso al control del dolor infantil es un derecho humano fundamental y es una violación de los derechos humanos el no tratar el dolor.

El dolor y miedo provocado por las agujas durante la vacunación, se puede abordar con medidas no farmacológicas de fácil implantación.

Existen 4 estrategias básicas que podemos implementar fácilmente:

- 1. Relajación:** Una profunda inspiración y expiración lenta del niño dándole su tiempo le permitirá relajarse.
- 2. La distracción** es una medida para que el niño pueda desconectarse del dolor.

Mediante la música, cantando, utilizando videos, juegos de móvil, gafas 3D, hablando de sus gustos, en algunos centros de Canadá han llevado hasta perros, todo ello puede servir, para derivar la atención del niño facilitando su vacunación.



sepeap
Sociedad Española de Pediatría
Extrahospitalaria y Atención Primaria

3. La seguridad proporcionada por el contacto físico de un familiar o amistoso de un compañero que lo apoye, elegido libremente por el niño, abrazado o de la mano durante el procedimiento, le hará sentir un grado extra de confianza y fortaleza.

4. Y si el niño tiene fobia a las agujas, además de estas estrategias podemos sumar la **crema anestésica local** para aplicarla 1 hora antes en el lugar de la inyección, de esta forma conseguiremos poner la vacuna sin ninguna molestia.

Se está hablando de que la vacunación en algunas Comunidades Autónomas se realizara en los colegios, y en este sentido hay que tener mucho cuidado con los niños especialmente sensibles a las agujas para que no se les estigmatice por llorar o estar más nervioso que los demás compañeros.

Hay que cuidar sus necesidades para abordar bien la vacunación:

- Buscar un lugar agradable y cómodo que permita la intimidad del niño.
- Utilizar un lenguaje tranquilo; no hablar del dolor, agujas, pinchazos...
- Informar a los niños/adolescentes cómo van las cosas: comenzar diciendo «¿Listo?» o «¡Pues vamos!» y evitar tranquilizar con frases como «Terminará pronto» y «¿Estás bien?», que pueden aumentar la angustia y el dolor.

Hoy ya deberían utilizarse en nuestro entorno métodos para prevenir y aliviar el dolor y el estrés en todos los tratamientos con agujas en los niños, porque la evidencia es extensa y confirma que podemos ejercer un control sobre el dolor infantil.

Desde el Grupo de Trabajo para el Abordaje del Dolor Pediátrico en Atención Primaria de la SEPEAP, la Asociación Nacional para el estudio y tratamiento del dolor infantil, dolor.in, la Sociedad Española Multidisciplinar de Dolor (SEMDOR) y la Asociación Científica Española de Enfermería y Salud Escolar, abogamos para que se realice la campaña de vacunación del Covid-19 a los niños con el máximo confort y sensibilidad.



RECOMENDACIONES AVALADAS POR LAS SOCIEDADES:

Asociación Científica Española de Enfermería y Salud Escolar



Dolor.in

La Sociedad Española Multidisciplinar de Dolor



Asociación Científica Española de Enfermería y Salud Escolar

