

¿Cómo puedo ayudar a mi niño a tragar píldoras?

La manera más fácil de aprender a tragar píldoras es practicar con caramelos pequeños, como las chispas de chocolate o las pepitas de azúcar (*sprinkles*). Puede conseguir estos dulces en el pasillo de pastelería o en el de dulces de la mayoría de los supermercados. El objetivo es ir aumentando poco a poco el tamaño del caramelo. Cómprelos de muchos tamaños desde las chispas más pequeñas hasta los caramelos que tengan un tamaño parecido al de la píldora que tiene que tragar su niño.

¿Qué voy a necesitar?

- Una taza pequeña para los caramelos
- Agua o algo de beber
- Caramelos de diferentes tamaños, tales como chispitas, Nerds, M&M'S Minis, M&M'S y Good & Plenty
- Cápsulas de gel vacías, sí no puede utilizar caramelos

¿Qué debo saber antes de empezar?

Dedique entre 5 y 10 minutos de su tiempo cada vez que practique. Logre que sea una actividad divertida para su niño. Trate de terminar cada práctica después que su niño pueda tragar un caramelo. Si es necesario, puede retroceder y usar un tamaño más pequeño de caramelo.

- Es posible que a su niño le ayude voltear la cabeza de un lado a otro, con la barbilla apuntando hacia arriba, mientras trata de tragar.
- Es común que se atragante cuando esté aprendiendo a tragar las píldoras.
- Dígale a su niño que es normal que se sienta fastidiado o estresado. Es conveniente tomar descansos y respetar el ritmo de progreso de su niño. Si quiere ayudar a su niño para que se sienta más confiado, puede intentar con un tamaño más pequeño de caramelo.
- Mientras practican, es importante que le diga a su niño que lo está haciendo muy bien. Cualquier progreso que logre aumenta las probabilidades de que aprenda a tragar las píldoras.

¿Cuáles son los pasos a seguir?

Paso 1: Haga que su niño practique y tome un trago de agua en diferentes posiciones. Por ejemplo:

- Con la cabeza orientada hacia el frente.
- Con la barbilla orientada hacia arriba o hacia abajo.
- Con la cabeza volteada ligeramente hacia la derecha o la izquierda.

Pregúntele a su niño cuál es la posición más cómoda. Asegúrese de que trague rápido, sin pasarse el agua de un lado a otro de la boca.

Paso 2: Ponga el caramelo más pequeño en la boca de su niño. Pídale que beba un poco de agua y que trague el caramelo poniendo la cabeza en la posición que le es más cómoda. Intente otras posiciones, según sea necesario. Felicítelo y dele ánimo en cada intento.

Cómo aprender a tragar las píldoras, continuación

Paso 3: Repita los pasos 1 y 2 con el siguiente tamaño de caramelo después que su niño haya tragado el caramelo más pequeño. Algunos niños logran pasar rápidamente al tamaño siguiente. Otros pueden tardar días o semanas.

Paso 4: Cuando su niño pueda tragar el caramelo que tiene el tamaño más parecido a su píldora, anímelo y dígame que trate de tragar la cápsula vacía o la píldora.

Sugerencias y trucos adicionales

Converse siempre con el médico o farmacéutico de su niño, antes de aplicar estas sugerencias, cuando le vaya a dar medicamentos. Para más información, contacte a algún integrante del equipo de atención médica de su niño.

- Ponga la píldora en la boca de su niño. Pídale que beba tres tragos de agua usando una pajilla. Su niño debería tragar la píldora al mismo tiempo que traga el agua.
- Trate de darle las píldoras con líquidos espesos, como un batido de frutas o una malteada.
- Ponga la píldora en una cuchara llena de gelatina, pudín, puré de manzana o mantequilla de maní. Motive a su niño a que la trague normalmente.
- Sumerja la cápsula de gel en agua helada para que el recubrimiento se ponga resbaladizo antes de tragarlo.
- Recubra la píldora con una cubierta dura de chocolate, como Magic Shell. Ponga la píldora en el congelador durante 30 minutos, antes de dársela para que la trague.
- Intente diferentes posiciones del cuerpo.
 - Algunos niños prefieren hacerlo de pie y no sentados.
 - Otros niños pueden querer dar la espalda para que no los miren.
 - Las cápsulas son más livianas que las tabletas y tienden a flotar hacia adelante en la boca cuando las están tragando. Pídale a su niño que incline la cabeza ligeramente hacia adelante para desplazar la cápsula hacia la parte de atrás de la boca.
- Envuelva la píldora en un caramelo blando, como un pedazo de Fruit Roll-Ups, Airheads o Starburst.
- Póngale un cubo de hielo en la boca a su niño para atenuar el sabor. Luego, pídale que escupa el hielo antes de tragar la píldora.
- Use cápsulas de gel. Póngale la píldora, picada o triturada, en una cápsula de gel.
 - Esto puede ayudar con el sabor malo que tiene el recubrimiento de la píldora.
 - Las cápsulas de gel vienen en diferentes tamaños. Pídale al equipo de atención de su niño las cápsulas de gel, si no las tiene.
- Hay videos útiles que enseñan a tragar píldoras. Una opción es: “Cómo tomar una píldora: (“How to Take a Pill:”) Enseñando a los niños a tomar medicamentos” (Teaching Kids How to Take Medication”), que está en YouTube. Pídale al equipo de atención más recursos.

El Children’s Healthcare of Atlanta no ha revisado todos los sitios mencionados como recursos y no provee ninguna representación con respecto a su contenido o exactitud. El Children’s Healthcare of Atlanta no recomienda, ni avala, ningún producto o servicio en particular, así como tampoco el contenido o uso de ningún sitio Web de terceros, ni asegura que dichos productos, servicios o sitios Web sean necesarios o adecuados para usted o para utilizarse con relación a la atención de los pacientes. El Children’s Healthcare of Atlanta no asume responsabilidad alguna por el contenido de ninguno de los sitios que se mencionan anteriormente, ni de otros sitios vinculados con éstos. Usted hace uso de los enlaces que se dan en éstos y otros sitios, a su entera cuenta y riesgo.

Esta hoja educativa contiene sólo información general. Hable con el médico de su hijo o un miembro de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico que necesita su niño.

En caso de una emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de emergencias más cercana.