

# Cómo ayudar a tomar medicamentos

Este folleto tiene información para darle un medicamento a su hijo o hija. Son ideas que han sido útiles para otras personas.

## Cómo hablar sobre los medicamentos



Lo mejor es hablar con su hijo/a de una manera simple y honesta para ayudarle a entender por qué necesario tomar medicamentos. Avísele con tiempo cuando será la hora de tomarlos para evitar las sorpresas con una actitud positiva y elogios después de que los haya tomado.

## Para que sienta más control

Cuando los niños/as se enferman sienten que tiene poco o nada de control sobre su vida. Es importante dales opciones para que se sientan con más control. No se puede dejar de tomar el medicamento, pero sí decidir la manera de tomarlo.

A continuación, algunas maneras de administrar el medicamento:

- Juntos, creen un plan para tomar el medicamento y practíqueno varias veces.
- Su hijo/a puede jugar a darle medicamentos a un peluche o un títere. Se llama "juego médico" y puede ayudar a resolver sentimientos relacionados con los medicamentos.
- Incorpore el horario de medicamentos a la rutina con una gráfica de recompensas como seguimiento a su progreso.

1 de 3

### Más información

- Vida Infantil:  
206-987-3285
- El proveedor de atención médica
- [seattlechildrens.org](http://seattlechildrens.org)

### Servicio gratuito de intérprete

- En el hospital solicítelo al personal de enfermería.
- Fuera del hospital, llame a nuestra línea gratuita de interpretación: 1-866-583-1527. Mencíonele al intérprete el nombre de la persona o extensión que necesita.



**Seattle Children's**  
HOSPITAL • RESEARCH • FOUNDATION

- Si tiene la edad adecuada, puede participar en la preparación del medicamento, pero no debe tomarse el medicamento por su cuenta sin supervisión.
- Use la creatividad para encontrar formas para que sea una experiencia más agradable y divertida.

---

### Cómo tomar medicamentos líquidos

Si su hijo/a tiene alguna dificultad para tomar medicamento en forma líquida porque sabe mal, hay varias cosas que puede hacer.

- Pregunte al farmacéutico si puede hacer algo para que el medicamento tenga mejor sabor.
- Pruebe con una jeringa sin aguja. En la farmacia o en el consultorio médico puede pedir una jeringa para administrar el líquido.
- Mezcle el medicamento con algún sabor fuerte: bebida en polvo o un jarabe. Consulte con la farmacia que no afecte la efectividad del medicamento.
- El sabor del medicamento no se notará tanto si antes come algo frío: una paleta helada o pedacitos de hielo.
- tomar jugo o chupar una paleta de dulce después de tomar el medicamento puede quitar el mal sabor.
- Cubrir la lengua con algo pegajoso como jarabe de arce (*maple*) antes de tomarlo también puede esconder el sabor del medicamento.
- Si es posible, permita que su hijo/a decida cómo tomar el medicamento.

---

### Medicamentos en polvo o que se pueden triturar

Se puede cubrir el sabor del medicamento mezclando las pastillas trituradas o el polvo con comida o jugo. Es importante que su hijo/a sepa que lo hace para no sentir que es un engaño. Si no funciona, puede pesar a evitar ciertos alimentos.

- Las pastillas se pueden triturar con una cuchara o con un triturador para pastillas.
- Trate de mezclar las pastillas trituradas con comida: puré de manzana, yogur o un líquido como almíbar de cereza o jugo de naranja. Consulte con la farmacia que no afecte la efectividad del medicamento.
- Antes de agregar el medicamento su hijo/a puede tragar pequeñas cantidades de comida sin masticala para practicar.
- Para usar un jarabe, triture la pastilla en una cuchara y un poco de agua y después agregue el jarabe.
- Para usar jugo, triture la pastilla en una cuchara con un poco de jugo y después lo puede tomar con la bebida que elija.

---

### Cómo aprender a tragar pastillas

Con la práctica, muchos niños/as pueden aprender a tragar pastillas, aunque en algunos casos puede ser muy difícil. Se puede empezar a intentar a partir de los 5 años. Recomendamos que sea con supervisión de un adulto.

- Las cápsulas de gel pueden esconder el sabor. sumergiéndola en agua helada, la cápsula de gel se vuelve más resbaladiza y fácil de tragar .
- Se puede empezar con dulces pequeños y aumentar el tamaño del dulce a medida que aumenta la confianza.
- Las pastillas se pueden mezclar con gelatina, postre pudín o yogur para que sean más fáciles de tragar. También, meter pedacitos de pastilla en las gomitas *fruit snacks* o envolverlas en *fruit roll-ups puede*.

---

### Si nada da resultado

Incluso si ya probó todo, algunos niños/as siguen teniendo dificultades para tomar medicamentos. Los descansos o distracciones antes de tomar el medicamento pueden servir para tranquilizar. Si no da resultado, hay otras estrategias que los padres y madres han usado.

- Con cariño y firmeza al mismo tiempo, recuérdale que no hay opción, es necesario tomar los medicamentos.
- Presionar la barbilla hacia abajo o usar un dedo para bajar la mandíbula inferior puede ayudar.
- También, puede tratar de que tenga la boca cerrada hasta que haya tragado el medicamento con el cuerpo en posición erguida.
- Use un ayudante. Siente al niño/a en sus piernas con un abrazo por detrás con el cuerpo envuelto en sus brazos sujetando los brazos y la cabeza mientras la otra persona adulta administra el medicamento.
- Cada vez que tenga que administrar un medicamento, dele la posibilidad de que lo tome por su cuenta.

---

### Referencias

- **Cómo ayudar a su hijo a tomar medicamentos.**  
[kidshealth.org/es/parents/take-medicine.html](https://kidshealth.org/es/parents/take-medicine.html)



# Helping Your Child Take Medicine

---

This handout offers strategies and tips to help your child take medicine. These are ideas that have worked for other parents, caregivers, and children. We hope they work for you, too.

---

## How to talk to your child about taking medicine



When talking to your child about taking medicine, use simple and honest language to explain why they need it. Let them know in advance when it will be time to take the medicine to make it less of a surprise. Have a positive attitude when giving them the medicine and praise them afterward for taking it.

## Help your child feel in control

When children are sick, they often feel like they have little to no control in their lives. It is important to give them some choices to help them feel more in control. While taking medicine is not optional, you can let them decide how they want to take it. Offering choices can help make the process easier for them.

Here are some ways that you can give your child choices when taking medicine:

- To help your child remember to take their medicine, it is important to create a plan together and write it down. Practice the plan frequently.
- Encourage your child to pretend to give medicine to their toys, such as a doll, puppet, or stuffed animal. This is called “medical play” and can help your child work out feelings related to taking medication.
- Incorporate medicine time into their daily routine and use a reward chart to track progress.

1 of 3

### To Learn More

- Child Life  
206-987-2037
- Ask your child’s healthcare provider
- [seattlechildrens.org](http://seattlechildrens.org)

### Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your nurse.
- From outside the hospital, call the toll-free Family Interpreting Line, 1-866-583-1527. Tell the interpreter the name or extension you need.



**Seattle Children’s**  
HOSPITAL • RESEARCH • FOUNDATION

- If they are old enough, involve them in preparing and taking their medicine. Never leave children alone to take their medicine.
- Be creative and find new ways to make taking medicine more enjoyable for your child.

---

### How to make liquid medicine easier to take

If your child has trouble taking liquid medicine because it tastes bad, there are several things you can try.

- Ask your pharmacist if they can add something to make the medicine taste better.
- You can use a syringe without a needle to give medicine. Ask your pharmacist or healthcare provider about getting a liquid medication syringe.
- You can mix the medicine with a strong flavor like powdered drink mix or syrup. Check with your pharmacist to make sure it will not harm the effectiveness.
- Before taking the medicine, have your child eat something cold like Popsicles or ice chips to dull the taste.
- After taking the medicine, have your child drink juice or suck on a lollipop to get rid of the aftertaste.
- Coating their tongue with something sticky like maple syrup might also help dull the taste.
- Let your child have a choice in how they want to take the medicine.

---

### How to give medicines that can be crushed or powdered

To make medicine taste better, you can mix crushed pills or powdered medicine with food or juice. It is important to let your child know that you are doing this, so they do not feel deceived. If this method does not work, they may start avoiding certain foods.

- Pills can be crushed using a spoon or pill crusher.
- You can mix the crushed pills with soft foods like applesauce or yogurt, or liquids like cherry syrup or orange juice. Check with your pharmacist to make sure it will not harm the effectiveness.
- Encourage your child to practice swallowing small amounts of these foods without chewing before adding the medicine.
- For syrups, dissolve crushed pills in a spoon with a little water and then add the syrup.
- For juices, add crushed pills to a small amount of juice and have your child follow it with a drink of their choice.

---

### How to teach kids to swallow pills

Many children can learn how to swallow pills with practice, but it may be difficult for some depending on their comfort level. Children who are at least 5 years old can start to learn how to swallow pills. Adult supervision is recommended.

- Gel caps can be used to mask the taste of pills and make them easier to swallow. Dipping the gel cap in ice water can make it slippery and easier to swallow.

- Children can practice pill swallowing techniques by starting with small candies and gradually increasing the size as they gain confidence.
- Pills can also be mixed with Jell-O, pudding, or yogurt to make them easier to swallow. Cutting pills into smaller pieces and putting them into fruit snacks or wrapping them in fruit roll-ups can also make them easier to take.

---

### If tips and tricks do not work

Even when you have tried everything, some children may still struggle to take medicine. Taking a break before giving them medicine may help them calm down. If that does not work, here are several strategies other parents have used.

- It is important to be kind but firm with your child and let them know that taking medicine is not optional.
- You can assist by pressing down on their chin or using your finger to push down their lower jaw.
- It is also helpful to keep their mouth closed until they swallow the medicine and ensure they are sitting up straight.
- Ask someone else to help. Sit your child on their lap. They can give a “hug hold” from behind by wrapping their arms around your child and holding their arms and head while the other adult gives the medicine.
- Each time you give them medicine, give them the chance to succeed.

---

### References

- **Helping Kids Take Medicine**  
[kidshealth.org/en/parents/take-medicine.html](https://kidshealth.org/en/parents/take-medicine.html)