

Dolor con-ciencia

Pulsa, pica, late, arde, cansa, marea, asusta... Hay casi tantas maneras de describir al dolor como personas que lo padecen. Y es que, por varias razones, este extremo del sentido del tacto es una de las experiencias más subjetivas que vivimos los seres humanos. Tan es así que sólo después de muchos años de trabajo la Asociación Internacional para el Estudio del Dolor ha llegado a la siguiente definición: "El dolor es una experiencia *sensorial y emocional* relacionada con el daño real o potencial de algún tejido, o que se describe en términos de algún daño". Hay varias cosas dignas de resaltar en esta definición. La primera es el hecho mismo de que exista una asociación así, y que pasen años refinando la definición de algo aparentemente tan sencillo. Además, es notable que los expertos en el tema hagan la distinción entre lo sensorial (percibido con los sentidos) y lo emocional (interpretado o

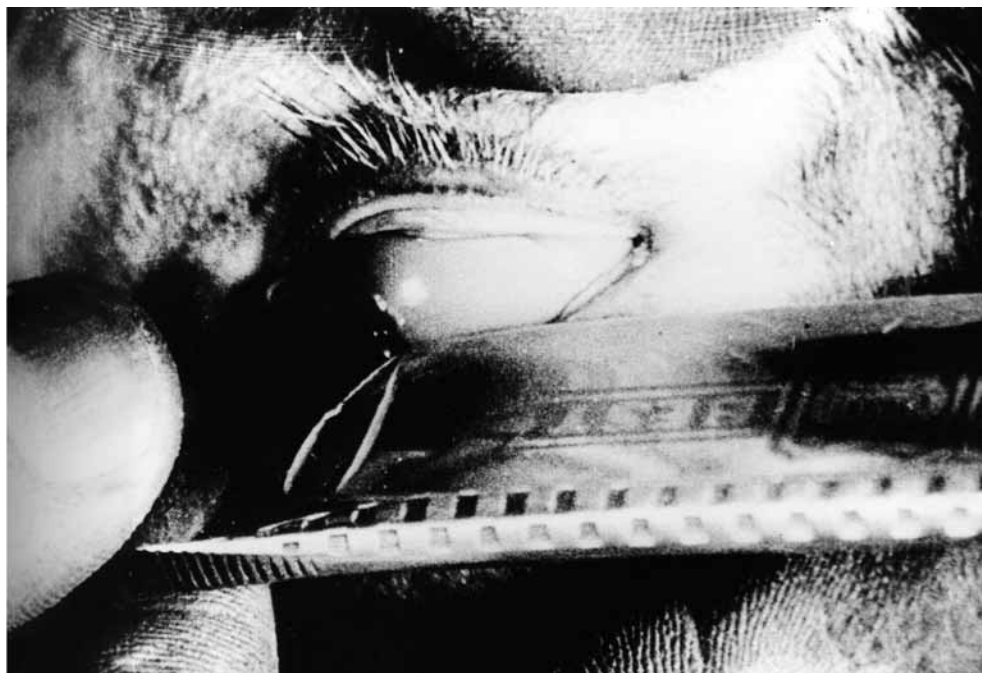
valorado por el cerebro en función de experiencias previas). Sucede que, a diferencia del resto de los animales, en los que el dolor es solamente una señal útil que avisa de la presencia de daño, en nuestro caso tiene además un significado. Como lo ilustra de manera contundente el libro *La cultura del dolor*, de David Morris, hay múltiples factores involucrados en nuestra percepción del dolor, como nuestra experiencia previa y nuestra educación. Por ello, los significados que tiene el dolor cambian según la época o el país en donde se les estudie.

Desde el punto de vista de la fisiología, actualmente se saben muchas cosas acerca de los procesos físicos y químicos involucrados en la sensación misma. La investigación sobre la fisiología del dolor es un campo muy activo y tiene varias ramas. Por un lado, cada vez se están desarrollando mejores analgésicos que desinflan el

tejido dañado o interrumpen el envío de las señales de dolor al sistema nervioso central. Por otro lado, utilizando lo último en dispositivos para crear imágenes del cerebro, como la tomografía por emisión de positrones, se trabaja en el mapeo de las señales que resultan de un estímulo doloroso. De esta manera se pretende entender mejor el proceso completo. En estos estudios se ha encontrado que un mismo estímulo causa reacciones distintas en cada individuo. Esto puede atribuirse a que cada cuerpo es diferente, pero también a que las actitudes ante el dolor varían de persona a persona.

Dada la naturaleza compleja y subjetiva del dolor, en años recientes se han creado clínicas para pacientes que sufren de manera constante o crónica este padecimiento. El enfoque es novedoso en por lo menos dos aspectos. Primero, se considera al dolor como una enfermedad y no sólo el síntoma de otra. Y se-

SUSANA BIRO



gundo, para su tratamiento se reúne a médicos alópatas y alternativos, terapeutas y otros especialistas de disciplinas complementarias. El dolor crónico puede tener efectos dañinos en la calidad de vida de una persona, lo que hace indispensable que el paciente se involucre en su tratamiento. Ahora existe la gran ventaja de que se puede conocer más sobre cualquier tema de salud paseando por la red. Un excelente punto de partida para el tema que nos ocupa es el sitio de la Clínica

Mayo. Éste tiene una guía muy completa acerca del dolor, en que se le describe desde todos los puntos de vista. Para información más detallada acerca de un tipo de dolor en particular, se puede visitar la página de los Institutos Nacionales de Salud de los Estados Unidos. Todas las páginas que arroja una búsqueda dentro de este sitio hablan del mecanismo fisiológico al igual que de su contraparte emocional. En cada caso se describen la investigación y el tratamiento de es-

te mal que afecta a un enorme porcentaje de la población.

Precisamente por la subjetividad que caracteriza a este fenómeno, es crucial tener a la mano información clara y completa que permita saber más e integrarse mejor en el tratamiento de su padecimiento. Esto es especialmente importante en el caso del dolor crónico, cuyo tratamiento efectivo no sólo incluye medicina, sino un cambio en la forma de vida. @v

Susana Biro

Dirección General de Divulgación de la Ciencia,
Universidad Nacional Autónoma de México.

IMÁGENES

Fotograma de la película *El perro Andaluz* de Luis Buñuel y Salvador Dalí, 1928.