

*(El Correo Digital, 14 de junio de 2009)*

*Jacinto Bátiz, Jefe de la Unidad de Cuidados Paliativos del Hospital San Juan de Dios de Santurtzi.*

*En mi actividad profesional diaria intento controlar el dolor de mis enfermos. Pero una noche me despertó un dolor de muelas y en ese momento comprendí el texto del chiste gráfico de Perich que dice: «Existen dos tipos de dolor, el nuestro, que es insufrible, y el de los demás, que es exagerado». Caí entonces en la cuenta de que tal vez quienes tenemos la responsabilidad profesional de aliviar el dolor a quienes lo padecen en ocasiones no tomamos muy en serio lo que supone sufrirlo hasta que somos nosotros quienes lo experimentamos.*

*El dolor es un acabado suplicio, el peor de todos los males, y cuando es excesivo acaba con toda la paciencia del ser humano. El dolor es la alarma de que algo va mal en nuestro cuerpo, avisándonos para que encontremos la causa de ese mal y la resolvamos. Es la única manera en que el dolor se manifiesta desde un valor de utilidad para nuestra salud. Pero, en la mayoría de los casos, esta alarma es más frecuente e innecesaria ante la proximidad de la muerte. Para muchos de estos enfermos que se encuentran en la fase final de su vida el dolor es más angustioso que la propia muerte, deseada y 'pedida' en ocasiones antes que sufrir un dolor insoportable.*

*El dolor crónico se puede renombrar como 'dolor total', al ser un problema multidimensional porque está compuesto por varios aspectos: existe uno bien conocido por los médicos que es el aspecto físico-biológico, pero coexisten, no siempre con el mismo peso en el valor del 'dolor total', un aspecto emocional, otro social y un último, quizá el más relevante en los momentos de terminalidad por cuanto nos enfrenta a las preguntas trascendentales, el aspecto espiritual. Todas estas facetas del dolor influyen en su intensidad, y si quienes nos proponemos aliviarlo no comprendemos este concepto de 'dolor total', y lo tratamos de manera parcial, es muy probable que no tengamos éxito en su tratamiento.*

*El dolor es un problema de salud pública que afecta a la calidad de vida de las personas que lo padecen. Es uno de los problemas de salud más universal y que con mayor frecuencia ocasiona la visita al médico, calculándose que en torno al 80% de los enfermos que acuden al médico lo hacen por quejas de dolor y aproximadamente el 30% del total de la población de los países industrializados padecen dolor crónico. Por otro lado, hay un 20% de enfermos en los que el alivio del dolor es difícil, constituyendo un reto de actuación importante para los profesionales sanitarios. Por ello resulta incomprensible que, con todos los avances y armas terapéuticas tan sencillas y eficaces de que disponemos, no hayamos superado este problema en un gran porcentaje de enfermos.*

*El enfermo no quiere tener dolor, nos pide que se lo aliviemos. El número de consultas relacionadas con el dolor está aumentando, pero el tiempo que los médicos podemos dedicar a cada una de esas consultas se reduce. El 80% de los profesionales consultados sobre este tema consideran que las consultas relacionadas con el dolor seguirán aumentando. Y el 72% admite no dedicar suficiente tiempo al enfermo con dolor.*

*El enfermo, acertadamente o no, siempre asocia el dolor con un empeoramiento o agravamiento de su enfermedad. Por todas estas razones es crucial aliviarlo cuanto antes. El enfermo tiene derecho a ser aliviado de su dolor y el médico tiene el deber de hacerlo. De ahí se asevera que el tratamiento del dolor no es una cuestión opcional, sino un imperativo ético para quienes estamos encargados de ello. Para que el enfermo en fase terminal pueda ejercer su derecho a una muerte digna deberá recibir, si lo desea, el tratamiento correcto para el dolor físico, alivio del dolor psicológico y apoyo adecuado para el dolor espiritual. Los profesionales sanitarios no podemos ser indiferentes ante el dolor de los demás y hemos de comprender que para ayudar a los enfermos no es suficiente la buena voluntad o la inclinación caritativa, sino que es indispensable instruirse, informarse e ilustrarse para ser realmente útiles y eficazmente competentes.*

*Quien sufre dolor quiere su alivio y lo reclama. Nosotros tenemos que saber cómo atender a sus requerimientos. Entre el enfermo y nosotros debiera establecerse ese gran pacto contra el dolor que evite la colisión entre los derechos y los deberes que cada uno legítimamente reclama, entre lo que el primero pretende y los medios y los conocimientos de los que nosotros disponemos para que pueda ser satisfecho.*

*Para todo ello es preciso que tengamos en cuenta algunas pautas:*

- 1. Debemos tener presente que si el enfermo dice que le duele es que realmente le duele; y si dice que le duele mucho es que realmente (desde su percepción del 'dolor total') le duele mucho. Muchas veces, ante nuestra actitud despreocupada frente al dolor del enfermo que nos solicita nuestra ayuda para aliviarlo, no se atreve a decirnos: 'El dolor lo padezco yo y no usted', pero estoy seguro de que sí lo piensa.*
- 2. Identificar el tipo de dolor que padece el enfermo para tratarlo adecuadamente. Existen varios tipos de dolor y diferentes medicamentos para cada uno de ellos, añadiendo que cada enfermo tiene 'su' dolor y no cualquier dolor. Ese enfermo necesita un medicamento concreto para aliviar 'su' tipo de dolor. Y el 'medicamento' puede ser otras intervenciones, además de la pastilla o el parche.*

3. *Quienes tenemos la misión de aliviar el dolor de los enfermos debemos conocer bien los medicamentos que vamos a manejar para tratar el dolor.*

4. *Debemos tener en cuenta que va a ser el enfermo quien nos va a indicar la eficacia del tratamiento cuando nos diga: 'Doctor, ya no tengo dolor'. Será entonces cuando nuestro tratamiento haya tenido éxito.*

*Como conclusión de lo anterior, tendremos que esforzarnos en comprender al enfermo en su queja de dolor, no sólo físico, para tratarlo desde nuestra profesionalidad, tanto asistencial como de gestión. Y no dudemos en hacerlo con toda energía para que quien sufra dolor y no quiera padecerlo pueda decir lo antes posible: 'Ya no tengo dolor'.*