

# DOLOR CERO

Antonio Ariño

Un clavo saca a otro clavo.  
Pero cuatro clavos hacen una cruz.  
CESARE PAVESE

La Asociación Internacional para el Estudio del Dolor (IASP) ha declarado 2011 Año Global de Lucha contra el Dolor. En este marco, en el mes de septiembre se celebró el VII Congreso Europeo sobre el Impacto Social del Dolor en Europa, y del 10 al 14 de octubre tuvo lugar la Semana Europea contra el Dolor.

La existencia de asociaciones profesionales, encuentros, seminarios, congresos y grupos de investigación que se ocupan de luchar contra el dolor es un ejemplo de la importancia creciente que se concede a una problemática que no puede ser considerada solamente como personal, porque también es pública y política.

## ■ UNA EXPERIENCIA PERSONAL

Las imágenes de animales que roen, muerden o recorren el cuerpo son muy frecuentes entre las personas que padecen dolor crónico; en ocasiones también hablan de objetos punzantes o cortantes, cristales rotos que se clavan en la piel o sierras que cortan los huesos. Cuando se convierte en duradero e intratable, el dolor monopoliza toda la experiencia, reduce el mundo al cuerpo o a algunos de sus miembros, trastorna el razonamiento, quiebra los afectos y desorganiza el orden vital.

La lucha contra este dolor crónico puede experimentar algunas victorias, pero también duras derrotas y humillaciones. En general, aunque cueste aceptarlo, quienes lo sufren saben que hay espera, pero pocas esperanzas; que la victoria final no está de su parte y que solo

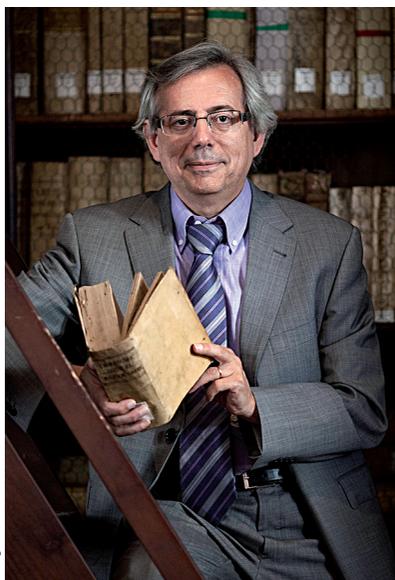
cabe desear «una hora corta». Como afirma Rafael Argullol: «Cuando salimos del Centro de Diagnóstico estoy derrotado, totalmente vencido. Quiero huir y tengo una auténtica sensación de terror. Ha conseguido provocarme el terror y también la cobardía. Tengo miedo, tengo miedo de lo que pasará, de todo lo que me puede pasar, tengo miedo de que mi cuerpo se derrumbe por completo. Siento que los músculos, los huesos, los nervios irán deshaciéndose, irán cayendo y que toda su arquitectura se irá destruyendo implacablemente.»

## ■ UNA REALIDAD PÚBLICA Y POLÍTICA

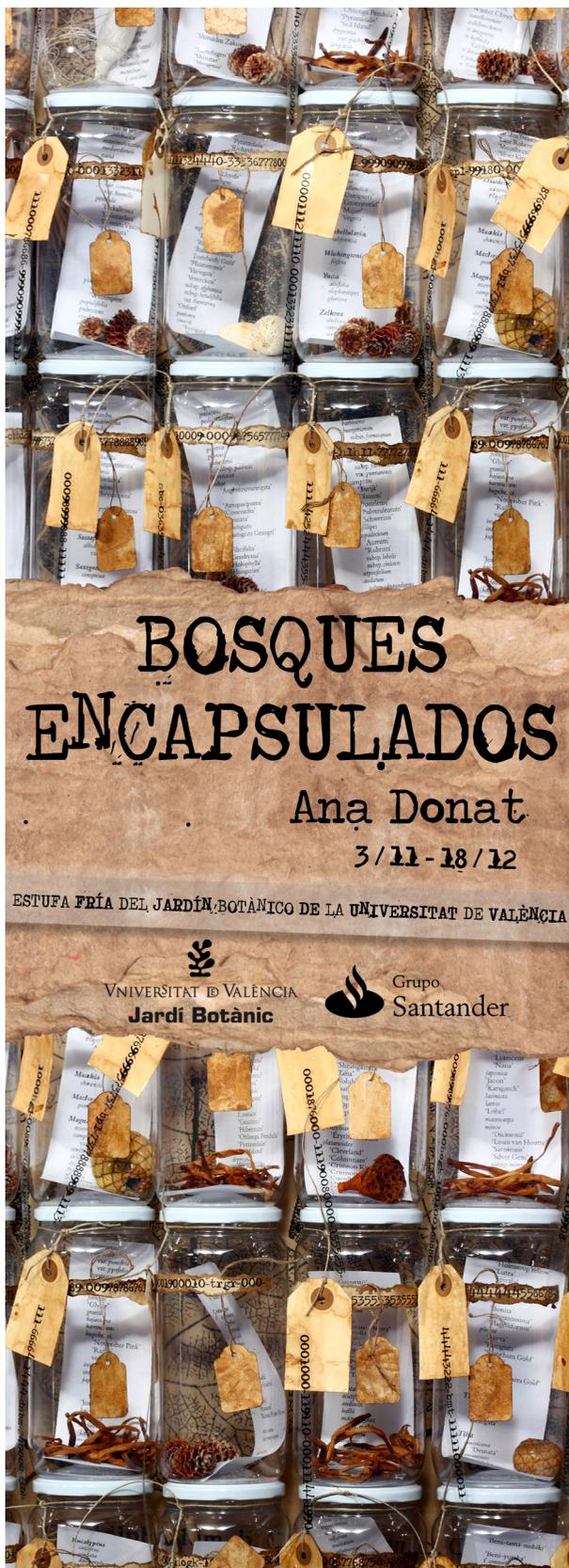
Una cosa es tener dolor y otra bien distinta vivir con dolor. En el primer caso, estamos ante una situación desagradable pero transitoria; en el segundo, además de la enfermedad que anuncia, de la que es síntoma, el mismo dolor cobra vida propia y se transforma en una segunda enfermedad, que afecta a las condiciones vitales de la persona hasta límites insospechados: a su capacidad para trabajar (algunas personas pierden su empleo), a sus estados emocionales y a sus relaciones sociales (genera depresión, carácter irritable y aislamiento), a su capacidad para llevar una vida independiente (produce postración y depresión); el hecho básico de dormir se puede convertir en un tormento insostenible. Sus efectos son demoledores, devastadores, desestabilizadores. La vida, como cuenta Tolstói en *La muerte de Ivan Illich*, cobra el aire de una farsa.

La Encuesta Europea del Dolor, basada en un amplio trabajo de campo con una muestra de 46.000 personas, registra el hecho de que uno de cada cinco entrevis-

«CUANDO SE CONVIERTE EN DURADERO E INTRATABLE, EL DOLOR MONOPOLIZA TODA LA EXPERIENCIA. LA LUCHA CONTRA EL DOLOR CRÓNICO PUEDE EXPERIMENTAR ALGUNAS VICTORIAS, PERO TAMBIÉN DURAS DERROTAS»



© Miguel Lorenzo



tados sufre dolor crónico sin que reciba un tratamiento adecuado, pese a los avances científicos.<sup>1</sup> El 35% de ellos experimentan dolor todos los días; un 16% dice que hay días en que desea morir y a un 26% les afecta en sus carreras profesionales. Las personas que sufren dolor crónico pasan por término medio siete años en esta situación, y uno de cada cinco pueden arrastrar el dolor veinte años o más. Solo el 2% ha sido tratado por especialistas.

#### ■ EL FINAL DE LA ÉTICA DEL SUFRIMIENTO

En nuestra sociedad todavía imperan gravísimos prejuicios a propósito del dolor: en ocasiones se dice que es un castigo del cielo («*dels pecats dels pares, els fills es fan geperuts*»), “de los pecados de los padres, los hijos salen jorobados”); en otras, que expresa la voluntad de Dios y que tiene un valor redentor o purificador; que es un medio para «santificarse»; pone a prueba la fe del creyente y la purifica como si de un crisol se tratara. Ante su insolencia intolerable, habría que responder con resignación y con ocultación y, por ello, muchas personas prefieren pasarlo en soledad.

**«FRENTE A LA ÉTICA DEL SUFRIMIENTO,  
HAY QUE PROMOVER LA DE LA VIDA  
BUENA. PARA ELLO SE REQUIEREN  
PROGRAMAS DE SENSIBILIZACIÓN Y DE  
FORMACIÓN Y RECURSOS ADECUADOS,  
COMO UNIDADES DE DOLOR Y CUIDADOS  
PALIATIVOS»**

Ha llegado la hora de acabar con esta mentalidad y de generar una nueva cultura. Como dice un anónimo: «Vía crucis, ni serlo, ni padecerlo»; o como reza el lema de una organización: «No importa morir sin dolor, lo que importa es vivir sin él». Esta es la cuestión: frente a la ética del sufrimiento, promover la de la vida buena. Para ello, sin duda, se requieren programas de sensibilización y de formación y recursos adecuados, como unidades de dolor y de cuidados paliativos. Las universidades tienen un papel importante en este cambio de mentalidad y de cultura: investigando, formando, sensibilizando. Un nuevo modelo social debe proponerse como meta el «dolor cero». ☺

<sup>1</sup> Véase <<http://www.paineurope.com>>.

**Antonio Ariño.** Vicerrector de Cultura, Igualdad y Planificación de la Universitat de València.