Academia Nacional de Medicina
De Costa Rica
Fundada en 1996

17 DE OCTUBRE
DÍA MUNDIAL CONTRA EL DOLOR

EL TRATAMIENTO DEL DOLOR ES UN DERECHO UNIVERSAL

El dolor es una señal que proviene del sistema nervioso e indica que algo no anda bien, esta señal de alarma desencadena una serie de mecanismos cuyo objetivo es evitar o limitar los daños y hacer frente al estrés. Ante un estímulo nocivo como la invasión por una bacteria, virus u hongos a un tejido, se liberan una serie de sustancias conocidas como neurotransmisores que en conjunto se conoce como "sopa inflamatoria", que son los responsables de producir dolor. Ante esta situación el organismo se defiende produciendo sustancias que controlan el dolor, ellas tienen una estructura química similar a la morfina y se llaman endorfinas, se complementan con los fármacos analgésicos que ha desarrollado la industria farmacéutica entre ellos la morfina y sus derivados. El dolor tiene como consecuencia entre otras, faltas al trabajo, aumento de la discapacidad y disminución de la calidad de vida. El costo económico para los países es exageradamente alto, por ejemplo Estados Unidos en el 2010 tuvo gastos totales entre 560 y 635 billones de colones.

El dolor cuando no se controla adecuadamente tiene un impacto muy negativo en los pacientes, las familias, amigos y cuidadores y en toda la sociedad, constituyendo un problema de salud pública en la mayoría de países porque se tiene los conocimientos y medios para aliviarlo pero es frecuente que no se le reconozca, se ignore y hasta se niegue.

Existen varios tipos de dolor: agudo, crónico y el producido por cáncer. El dolor crónico ha ido en aumento asociado a múltiples causas entre ellas tenemos secuelas de accidentes automovilísticos, armas de fuego, armas blancas, complicaciones de enfermedades como, un ejemplo es la diabetes mellitus y enfermedades del sistema nervioso entre otros. El dolor crónico llena las mayorías de agendas médicas de los Centros de salud en Costa Rica y países desarrollados, se ha convertido en una enfermedad más que en un síntoma y su manejo requiere de la participación de varios especialistas. El otro grupo importante es el dolor por cáncer que puede estar asociado a la enfermedad, o al tratamiento de quimioterapia, radioterapia o ambos, se presenta entre un 30 a 50% y en las fases más avanzadas de la enfermedad puede llegar a un 70 a 90%. Su manejo debe ser por un equipo de varios profesionales entre ellos médicos, psicólogos, trabajadores social, anestesiólogos, donde se utilizan fármacos antinflamatorios, proveniente del opio y en un porcentaje más pequeño (10%) se utilizan procedimientos invasivos que permite controlar el dolor de difícil control.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) en los últimos años ha emitido directrices muy claras y precisas para que los gobiernos incluyan dentro de las políticas de salud, los cuidados paliativos y el control del dolor para tratar el dolor maligno y enfermedades progresivas y avanzadas.

Se ha desarrollado un cuadro básico esencial de medicamentos analgésicos promovidos por la Organización Mundial de la Salud, para la mayoría de países del mundo que controlan el dolor y Costa Rica está dentro de ellos. Los países desarrollados tienen una gran oferta de medicamentos opiáceos/opioides como es el caso de Canadá, Reino Unido, resto de Europa, para tratar el dolor de pacientes con cáncer, pero esto mismo no sucede con muchos países del África y el Asia donde los gobiernos no han incorporado el dolor y cuidados paliativos dentro de las políticas de salud produciendo dolor, sufrimiento y mala calidad en esa población afectada.

En Centroamérica, Costa Rica ha sido un ejemplo en el mundo al contar con índices de salud muy similares a países desarrollados, y no ha sido la excepción en tomar el liderazgo de desarrollar políticas de control del dolor y cuidado paliativo, que se han incorporado a las políticas de salud, lo que ha permitido dar un gran avance en la atención paliativa en todos niveles de la atención de la salud al contar con un presupuesto y un personal sanitario que trabaja a lo largo y ancho del país. Este liderazgo desarrollado en los últimos 30 años ha permitido crear una red de cuidado paliativo y control del dolor, que presta servicios de atención paliativa a nivel de consulta externa y domiciliar, apoyada de una educación continua a nivel pregrado y postgrado en medicina paliativa que han permitido la formación de más de 20 profesionales en esta especialidad que laboran en diferentes zona del país, por esta razón la revista inglesa Economist (2015) destacó a Costa Rica, Uruguay y Chile como los países de más avanzada en Latinoamérica en la prestación de servicios de cuidados paliativos y control del dolor.

La participación de las comunidades a través de asociaciones, fundaciones, voluntarios ha sido fundamental para la consolidación de este servicio de salud que tiene un gran impacto humanístico en la población afectada.

El manejo del tratamiento del dolor ha tenido una gran avance en los últimos 50 años no solo en aspectos tecnológicos sino con el desarrollo de investigaciones que viene realizando los científicos con neurotoxinas provenientes del lecho del mar, como el caracol cono marino y de animales como el ciempiés y escorpiones que van a permitir en el futuro contar con nuevos fármacos para el dolor que no tienen adicción, escasa tolerancia y más eficiente que los medicamentos derivados del opio. Esto es una gran esperanza para los miles de pacientes que sufren de dolor.

Los pueblos en el mundo se han organizado para solicitar ante las Naciones Unidas, que el tratamiento del dolor sea un derecho universal, ante este clamor fue incorporado a partir del año 2000 en la carta de los Derechos Humanos de las Naciones Unidas. Es un derecho del ser humano que se controle el dolor y una obligación de los profesionales sanitarios proporcionar el alivio en forma óptima para evitar cualquier sufrimiento humano.

El dolor es un síntoma como ya se vio anteriormente, que produce gran sufrimiento y se requiere de un manejo del dolor total, donde se involucre no solamente al paciente si no a la familia.

Preparado por
Dr. Isaías G Salas Herrera, M.D, Ph.D
Especialista en cuidados paliativos y control del dolor.
Catedrático de la Escuela de Medicina de la Universidad de Costa Rica
Ex director del Centro Nacional del Dolor y Cuidado Paliativo
Miembro Correspondiente de la Academia Nacional de Medicina

17 DE OCTUBRE
DÍA MUNDIAL CONTRA EL DOLOR

Academia Nacional de Medicina
De Costa Rica
Fundada en 1996