

## Dolor – Opioides, parte 2

El dolor puede ayudar a advertirnos de que algo no anda bien. En el peor de los casos, el dolor puede quitarnos nuestra sensación de bienestar. Dos personas con lesiones o enfermedades muy similares pueden sentir dolor de manera muy diferente. La carga por dolor en los Estados Unidos es muy alta. Más de 100 millones de estadounidenses tienen dolores que perduran de semanas hasta años.



El dolor puede ser agudo o crónico:

- El **dolor agudo** generalmente aparece súbitamente, como en el caso de una lesión o una cirugía. Normalmente se conoce la causa y se puede tratar. El dolor agudo solo perdura un período de tiempo corto.
- El **dolor crónico** puede ser el resultado de una lesión o una enfermedad. Puede acompañar otras enfermedades crónicas. Este tipo de dolor se prolonga por mucho tiempo. Es difícil de tratar y produce varios problemas graves.

El dolor se produce por medio de señales que envía el cuerpo al cerebro. El sistema nervioso se vale de un conjunto de sustancias químicas llamadas **neurotransmisores** para comunicar estas señales.



La parte del cerebro que emite las señales de que uno está sufriendo dolor es la misma parte que emite las señales de las emociones básicas. Cuando una persona siente emociones negativas como miedo, ansiedad o rabia, las mismas partes del cerebro aumentan la sensación de dolor. Esto hace que sea más difícil afrontar el dolor.

Nuestros genes también afectan la forma en la que nuestro cuerpo siente y responde ante el dolor. Los genes pueden influir sobre el riesgo de sufrir dolor crónico y cuán sensibles somos a este. Los genes también influyen en la efectividad de ciertos tratamientos y cómo respondemos al dolor agudo o crónico.

El entorno y las vivencias de la infancia, como el lugar donde crecimos, las oportunidades que tuvimos y los traumas también contribuyen al bienestar emocional a lo largo de la vida. La sensibilidad ante el dolor es una combinación de nuestros genes y nuestras emociones, así como también de nuestro entorno y las vivencias de la infancia.

### ¿Cómo se diagnostica el dolor?

No hay ninguna prueba que pueda hacer el médico para medir el dolor con precisión. Durante el examen médico, el



paciente puede describir su dolor como punzante, vago, constante, que va y viene, con ardor o persistente. La descripción que hace el paciente de su dolor se llama **anamnesis del dolor**. Esta puede ayudar al médico a diagnosticar la causa del dolor y recomendar un tratamiento.



### **¿Cómo se trata el dolor?**

El objetivo del tratamiento para el dolor es mejorar la funcionalidad en las actividades de la vida diaria. Si bien no todos los dolores son curables, es importante recordar que todos los dolores son tratables.

Hay varias opciones de tratamiento para el dolor que no son los opioides. Entre ellas se incluyen la acupuntura, los analgésicos de venta libre, la biorregulación o *biofeedback*, la psicoterapia, la estimulación eléctrica, el bloqueo nervioso y la cirugía. Algunos tratamientos para el dolor conllevan auténticos riesgos y efectos secundarios. Es importante que trabaje con el profesional sanitario para elegir el tratamiento más adecuado para usted y controlarlo cuidadosamente.

No dude en buscar las respuestas para las preguntas que tenga sobre los trastornos por el consumo de opioides o de drogas. El Departamento de Salud Pública, el profesional sanitario y una biblioteca pública serán de gran ayuda.

Text is from opioid information sources from the Department of Health and Human Services and adapted by HealthReach and Healthy Roads Media. This project has been funded in whole or in part with Federal funds by the National Library of Medicine award number HHSN276201500011I awarded to the Center for Public Service Communications. Images from iStock.com.