

# MARATÓ 2006: DOLOR CRÒNIC

---

**El dolor centrarà la propera edició de La Marató de TV3.**

## **"Em moro de dolor!"**

No és només una frase o una expressió, sinó una realitat. Els qui pateixen de dolor crònic saben què significa no poder viure per culpa del dolor i fins i tot, en algun moment, han desitjat deixar de viure per evitar-lo. Afortunadament, els tractaments fan que els moments crítics passin, però el dolor continua present.

## **Què és el dolor?**

El dolor és una experiència desagradable que tenim quan es produeix un dany als teixits. Però cal distingir entre el dolor agut i el dolor crònic. El dolor agut és un senyal d'alarma que indica que alguna cosa no va bé, però sol ser fàcil de tractar i, en la majoria dels casos, es cura amb èxit. Per exemple, una apendicitis: es diagnostica, s'opera i el dolor desapareix. El dolor crònic, en canvi, és més complex i difícil de tractar. El seu origen pot ser una malaltia o altres factors i és un dolor que dura un mínim de tres mesos. No té la funció protectora i d'alarma que té el dolor agut i es considera una malaltia. Sovint s'associa a alteracions psicològiques importants, com ara la depressió, i incapacita qui en pateix per dur una vida normal.

## **Què causa el dolor?**

Tenint en compte l'origen del dolor, podem distingir entre el dolor nociceptiu i el dolor neuropàtic. El dolor nociceptiu s'anomena "somàtic" quan s'origina a les estructures òssies i als músculs, i és fàcil d'identificar.

És el dolor que podem assenyalar amb el dit. Quan afecta les vísceres, s'anomena "dolor nociceptiu visceral" i és el que ja no podem assenyalar amb el dit sinó amb la mà. El dolor neuropàtic és un dolor complex i difícil de tractar que s'origina al sistema nerviós central o perifèric; no hi ha relació causal entre la lesió i el dolor.

Hi ha moltes malalties en les quals el dolor crònic és el component fonamental: dolor en certs tipus de càncer, dolor en processos musculoesqueletrals (artrosi, artritis, fibromialgia, dolor posttraumàtic...), dolor d'origen vascular (en arteriopaties i en insuficiència venosa), cefalees o migranyes i dolor neural (neuràlgies i altres tipus de dolor neuropàtic). No tots sentim el dolor de la mateixa manera, però a tots ens incapacita.

El dolor és una experiència que té dos components: sensorial i emocional. El component sensorial fa que s'enviïn uns missatges al cervell perquè els interpreti. El cervell envia el senyal que es té un dolor i fa que es reaccioni en conseqüència. Però, alhora, el dolor té un component emocional, un patiment, que fa que les persones visquin el dolor de maneres diferents. El dolor és difícil d'explicar i de mesurar i, per fer-ho possible, els metges utilitzen escales de dolor que els permeten fer aproximacions al dolor que pateix cada persona.

Tot i que no tothom el percep de la mateixa manera, el dolor crònic incapacita tothom qui en pateix. Nens que no poden jugar ni estudiar i, de vegades, ni tan sols caminar. Afecta la vida familiar i laboral de joves i adults, és la primera causa d'absentisme laboral i, sovint, les persones que en pateixen tampoc no poden tenir cura d'elles mateixes i necessiten l'ajuda de familiars en la vida diària. El dolor les priva de fer les coses més senzilles: pentinar-se, vestir-se, escriure, fer les feines de casa...

## **La lluita contra el dolor**

No té cap sentit patir de dolor crònic i ningú no s'ha de resignar a patir inútilment. Tot i que és difícil de tractar, en els darrers cent anys s'ha avançat molt en el camp dels medicaments, que són la primera eina per tractar el dolor crònic, però no l'única. Les teràpies rehabilitadores, la cirurgia i el suport psicològic també són cabdals en la lluita contra el dolor crònic.

I la recerca. Perquè la recerca pot canviar la vida dels qui pateixen de dolor crònic. S'ha avançat molt, però encara cal trobar nous medicaments, i millors, i noves estratègies terapèutiques, i cal descobrir a fons les causes i els mecanismes del dolor.

Per fer-ho possible, també cal que tots hi col·laborem.

Encara que no te n'adonis, per a moltes persones el dolor forma part de la vida, en cada frase, en cada paraula, sense descans. El 17 de desembre, truca contra el dolor crònic.