

EL DOLOR, UNA REALIDAD EN LAS UNIDADES DE DIÁLISIS

Mateo Párraga Díaz

Diariamente y casi sin darnos cuenta, nos enfrentamos con una tremenda realidad, EL DOLOR.

Podríamos definir SALUD como un estado particular de bienestar físico, mental y social, una interpretación del equipo médico o un estado de conciencia de una persona que se siente bien.

Las personas somos capaces de desarrollar unos potenciales cuando no son interferidos por el dolor mental, cuando estos potenciales son interferidos, se produce el sufrimiento y el dolor.

¿ En alguna ocasión nos hemos parado a pensar en esta realidad? O tal vez encerrados en nuestros propios sufrimientos, ¿le volvemos la espalda?.

Reflexionar sobre el dolor, pero aún mejor luchar contra él ayudan a quienes lo padecen.
EL DOLOR NOS HACE EGOISTAS

Uno de los grandes peligros del sufrimiento es que empieza convenciéndonos de que nosotros somos los únicos que sufrimos en el mundo, en todo caso, los que más sufrimos. El sufrimiento, la enfermedad, nos presenta un lado oscuro del ser humano, nos hace «EGOISTAS», nos incita a mirar sólo hacia nosotros. Si las noticias nos muestran los muertos, los heridos, los enfermos que se han producido en ésta o aquella guerra pensamos en ello durante unos minutos, pero si tenemos un pequeño dolor que afecta a nuestro organismo, pensamos en ello durante las veinticuatro horas del día auto compadeciéndonos.

EL DOLOR ES COMPARTIDO

En la vida de Buda se cuenta la historia de una madre que acudió a él, llevándole un niño muerto para que lo curase. Y, oyendo sus gritos, los discípulos de Buda pensaban que esa mujer estaba loca pidiendo un imposible. Buda pensó que, si no podía resucitar al niño, sí podría al menos mitigar el dolor de aquella madre ayudándole a entender. Por eso le contestó que para ayudar a su hijo, necesitaba unas semillas de mostaza, pero unas semillas muy especiales, unas semillas que se hubiesen recogido en una casa que en los tres últimos años no se hubiese sufrido un gran dolor o padecido la muerte de un familiar. La mujer, al ver alimentada así su esperanza, corrió en busca de las milagrosas semillas. Y comenzó a llamar de puerta en puerta. En unas había muerto el padre, en otras alguien se había vuelto loco, en otras se sufría la grave enfermedad de un hijo. Con lo que cayó la noche y la mujer volvió a Buda, con las manos vacías... y el corazón en paz. Había descubierto que el dolor es algo que comparten todos los humanos.

Esta realidad nos puede ayudar a descubrir que se puede ser feliz a pesar del dolor, pero es imposible vivir toda una vida sin él.

REALIDAD EN UNIDADES DE DIALISIS

En las unidades de diálisis, se presenta el dolor como una realidad cotidiana, y nada más grave que acercarnos al dolor con sentimentalismos, sino con un gran respeto, delicadeza y viviendo la realidad que tenemos presente, es importante que tomemos conciencia como profesionales de la salud, de esta realidad y dediquemos el tiempo necesario para cumplir uno de nuestros objetivos asistenciales: el promover formas más creativas de asunción del dolor y adaptación a la realidad. No abrumados por problemas que tienen difícil solución, sino intentando rescatar a pacientes, equipos terapéuticos y familiares de su solitario dolor, que en

algunas ocasiones lleva a la soledad. Las causas por las que se sufre son múltiples, podremos solucionarlas con éste o aquel otro calmante, pero la mayoría de las veces el sufrimiento es psíquico, moral, espiritual, con lo que nos podemos sentir abrumados ante este tipo de sufrimiento, no teniendo pastillas con las que poder combatir este tipo de dolor; tal vez sea el momento de pensar que somos seres humanos con todo lo que eso implica, siendo conscientes tanto los pacientes como nosotros mismos del hecho de no por ser profesionales podamos tener respuesta absolutamente para todo.

PREDISPUUESTOS A ESCUCHAR

Ante este tipo de problemas donde no nos valen las pastillas o éste o aquel jarabe, podemos tener una herramienta, cual es nuestra capacidad para escuchar, siendo capaces de hacer sentir al paciente que está en una predisposición absoluta para escucharle.

Tenemos dos oídos, dos ojos y una boca, deberíamos utilizarlos en esta misma proporción para escucharles. Adaptar la información a la necesidad particular de cada paciente de una manera que ésta no genere más ansiedades que las que el paciente pueda soportar, sino que contenga la depresión que la enfermedad despierte, enseñándoles a observar la mejor manera de ayudarse a sí mismos.

Es el dolor y el sufrimiento una realidad en nuestras unidades de diálisis, aprendamos a convivir con él a luchar contra él y ayudar a quienes lo padecen.

1 BIBLIOGRAFIA

1. Actas oficiales de la O.M.S. num 211, año 1975.
2. Reflexiones de un enfermo en torno al dolor y la enfermedad, El Escorial, Noviembre 1990.
3. Reverendo R. Cosh. Más luz iluminando la oscuridad. EDTNA-ERCA JOURNAL julio 1993 edición española.
4. Montserrat Martínez y José A. Atarés. Aspectos psicológicos y psiquiátrico. En el enfermo renal.
5. Martínez del Pozo. Atención psicológica al paciente con insuficiencia renal.

