

EL DOLOR TODAVÍA ES UN MISTERIO SIN RESOLVER

Una campana llamada dolor

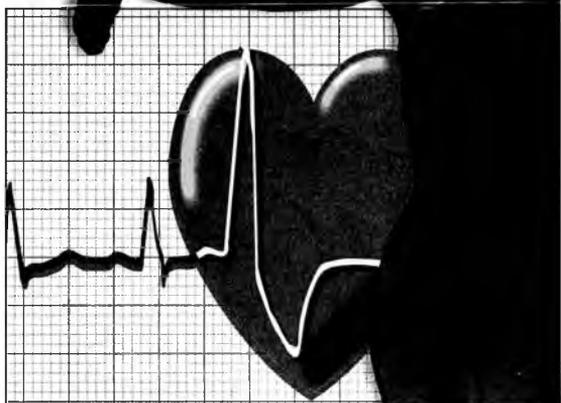
PUEDEN SER de muela o del alma, pero de sentir dolor nadie escapa. Los tratamientos actuales apuntan a aliviarlo de una manera integral, teniendo en cuenta no sólo los síntomas, sino las vivencias y la problemática de cada individuo.

Por MARGARITAINÉS RESTREPO SANTA MARÍA **Medellín**

Inmóvil, como un cucarrón bo-carrión, por culpa de una artritis deformante. Sobre una tarima forrada en cuero. Con un grifo de dolor en los labios y un aparato de radio acercándola al mundo. Conectada con nubes y montañas gracias a una diminuta ventana y acompañada por una paciente hija -el resto de la familia, incapaz de manejar su dolor, se había ido-. Esa imagen, registrada en un cuarto piso de Medellín, vive en la memoria de Tiberio Álvarez, un médico tanatólogo que lleva veinte años tratando de entender y aliviar el dolor y que hoy comparte sus conocimientos sobre esa temática.

Con esa "experiencia sensitiva y emocional desagradable, debida a un daño real o potencia de los tejidos" (según la Asociación Internacional para el Estudio del Dolor), hay un encuentro continuo. Cada quien lo vive a su manera. "Es personal e intransferible", pero puede ampliarse a toda la familia, comenta Álvarez. Unos tienen umbral alto y otros bajo; mayor o menor resistencia al mismo.

Hay dolores intensos y sordos, somáticos (de articulación, piel, huesos), viscerales, de la vida cotidiana, son instructivos para el organismo -alarma, defensa, campana; obligan a quedarse quietos, gritar, correr, buscar ayuda-. Los crónicos -de un cáncer o enfermedad devastante- son desestructurantes, quitan tiempo, posibilidades de reflexionar o de querer prolongar la vida.



Composición gráfica: Ramiro Zapata M. Depto. de Arte - EL COLOMBIANO

UN MISTERIO

¿Ay, doctor, qué tiene este dolor tan maluco!

En la antigüedad sacaban a los enfermos a plazas y orillas de carreteras, para que los caminantes les contaran fórmulas de alivio. Del comportamiento animal nacieron ideas de sanación (meterse en agua o barro, quedarse quietos). En algunos subsiste la creencia de que se trata de un castigo. Y el opio -morfina o morfina- y la aspirina -de una variedad de sauce- han estado presentes mucho tiempo entre las medicinas.

Únicamente a partir de los años 60 se estudió en serio el universo de los "adoloridos" que sigue lleno de preguntas: ¿Por qué algunos "macheteados" permanecen un rato como si no sintieran las heridas? ¿Por qué dolencias del reumatismo según la persona aumentan con el calor o con el frío? ¿Por qué, en ocasiones, un deportista con daño en una articulación sigue jugando tranquilo? ¿Por qué se siente más la molestia de la culebrilla de 5 a 7 de la tarde y no hay dolor en el 25% de los infartados? ¿Por qué pueden acrecentarse ciertos "ay, ay, ay"

en reposo o por la presencia de un hijo drogadicto?

En la ciudad existe una Clínica del Dolor -adscrita al Hospital San Vicente de Paúl- y profesionales que trabajan con quienes lo sufren. La tendencia actual para buscar alivio apunta a un tratamiento integral del ser humano, sin separar cuerpo y alma, lo físico, lo mental, lo emocional; considerando las vivencias, los problemas sociales y económicos, las enfermedades, traumas, abandonos, frustraciones, culpabilidades. El misterioso dolor de todo se nutre.

¡Alivieme, doctor!

Para aliviar el dolor hay un mosaico de posibilidades interdisciplinarias -que no tienen que ser excluyentes-, planteadas por la medicina clásica y la llamada alternativa, con base en las respuestas de Vicente

Ramírez y Alejandro Posada, médicos bioenergéticos, y Tiberio Álvarez, médico tanatólogo.

- Adecuada información para el paciente y la familia, acerca del diagnóstico, pronóstico y proceso de la enfermedad y del dolor. Asistencia, vigilancia, comprensión.
- Trabajo de reencuentro del enfermo consigo mismo. Autoconocimiento. Comprensión del lenguaje del dolor, del significado de la experiencia que vive.
- Analgésicos y medicamentos -que sin serlo- también ayudan: antibióticos, antiinflamatorios, hipnóticos, tranquilizantes, esteroides, antihistamínicos.
- Bloqueos nerviosos, con inyecciones en puntos claves.
- Cirugías: sección de un nervio o algún tipo de destrucción a nivel central (contraíndica en quienes no están al borde de la muerte).
- Implante de neuromoduladores eléctricos -pilas recargables- en la médula.
- Tratamientos con calor, frío, masajes, ejercicio, descargas eléctricas suaves e hipnosis. Acupun-

tura con los dedos o presión en puntos específicos (para liberar sustancias analgésicas o endorfinas), como el del Intestino Grueso Cuatro, ubicado entre el pulgar y el índice.

- Caminar descalzo sobre la grama, para descargar excesos de iones positivos (de tormenta eléctrica o lluvia ácida).
- Terapia psicológica individual y grupal. De respiración consciente, relajación y meditación.
- Autohipnosis y visualización curativa (de la parte enferma), con colores, sonidos (cassettes sobre el alvino).
- Sanación a través de las manos -imposición y acción sobre la energía del individuo-.
- En dolores agudos, imanes o campos magnéticos, acupuntura, terapia neural o láser. En crónicos, esencias florales, homeopatía. Para migrañas, drenaje del hígado -puede ser adecuado a extracto de cáscara sagrada, tintura de nisharbo, boldo-. Para lumbalgias, campos magnéticos o imanes (manejados por profesionales). Para otitis, drenaje de colon, hígado y, ocasionalmente, riñón. ¿Dolor de muela? Terapia neural (uso de anestésicos).
- Paz espiritual, armonía con uno mismo y el universo. Trabajo sobre el perdón y con la autoestima. Sanación del pasado, liberación de temores y sentimientos reprimidos.

Debate por aspirina con "despertador"

Por MARÍA ISABEL MOLINA V. **Medellín**

En Colombia estuvo en el mercado hace varias décadas. Ahora la "desempolvadora" como analgésico y estimulante. Es la CafAspirina, de Bayer, considerada por quienes la han tomado como "una aspirina con despertador".

Fue presentada en el país a comienzos del 2000. "Es un medicamento que merma el sueño, tonifica y quita con rapidez el dolor de cabeza y los cólicos menstruales".

Un internista de la ciudad dijo que no veía diferencia entre esta droga y otras como el acetaminofén y el ibuprofeno. Por su parte, un médico general consultado anotó: "no lo veo objeto

LOS MENORES de 15 años no deben ingerir este medicamento cuando tienen fiebre o un cuadro gripal acompañado de náuseas, vómitos o convulsiones, sin consultar antes al médico.

to colateral positivo sería mermar el sueño, pero podría ocasionar problemas en quienes sufren de irritación gástrica".

El exceso de este medicamento, dijeron fuentes consultadas, puede aumentar no sólo los riesgos de úlcera, sino que por su carácter de anticoagulante poderoso, puede predisponer a hemorragias y derrames.

Un internista de la ciudad dijo que no veía diferencia entre esta droga y otras como el acetaminofén y el ibuprofeno. Por su parte, un médico general consultado anotó: "no lo veo objeto de este tipo de producto. Creo que salió más con la intención de hacer un cambio de imagen. Yo no lo recetaría".

Vóceros de Bayer dijeron que la empresa adelantada en la actualidad en la revisión de la información sobre la CafAspirina para hacer un lanzamiento en forma del producto, mientras tanto, no pueden suministrar ningún tipo de información.

"Mi hijo que está en la universidad la toma cuando tiene examen y le toca trastochar", dijo una mamá.

Un empleado de la Farmacia Pasteur, por su parte, informó que la gente la pide como relajante y para mantenerse activa. Hoy, la publicidad de CafAspirina, que se emite por algunas emisoras, está dirigida a los estudiantes, lo que a futuro -cuando se reinicien las clases- puede poner candente la polémica sobre su conveniencia.

OPINIONES CONTRARIAS

"Es una droga que por mezclar ácido acetil salicílico y cafeína puede emplearse para la cefalea y la migraña", dijo un cardiólogo que prefirió omitir su nombre. Indicó que a la cafeína siempre se le ha conocido una acción estimulante, "por lo cual un efec-



Quienes han tomado la CafAspirina dicen que levanta el ánimo, quita el dolor de cabeza y las pilas pilosas.

Foto: Activado

EL MUNDO VIVE EL SOLSTICIO DE VERANO

Hoy es el día más largo del año

El 21 de junio no es un día como los demás, es el día más largo del año -por tanto la noche más corta- pues tiene lugar el solsticio de verano. Solsticio viene del latín y significa sol quieto. Obedece a la inclinación del eje terrestre sobre su órbita en unos 23,5 grados. Fenómenos como este hacen que en las latitudes más altas se generen las estaciones.

El astrónomo Manuel Hernández explica que el fenómeno hoy día no es muy notorio: "Si nosotros, como lo hicieron nuestros antepasados, observáramos la salida del sol todas las mañanas, notaríamos que no siempre sale por la misma parte. En ocasiones lo hace muy al norte y otras más

al sur. Hoy está en su posición extrema al norte".

El científico afirmó que muchas civilizaciones antiguas construyeron monumentos para celebrar y observar el sol en este día como en Machu Pichu, Perú y Stonehenge, en Inglaterra.

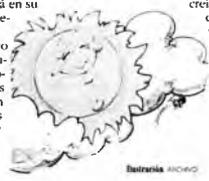
MOTIVO DE FIESTA

La celebración del solsticio de verano es tan antigua como la humanidad. En un principio se

creía que el llamado "astrorey" no volvía a su esplendor total, pues después de esta fecha, los días eran más cortos. Según los astecas, para esta fecha, hadas y deidades andaban sueltas por los campos. Los agricultores daban gracias por el verano, por las cosechas y por disponer de tiempo para la diversión.

Cerca a Jerusalén es costumbre que esta noche se recoja agua de un manantial señalado por la tradición, se deje en la noche a la intemperie y en la mañana las muchachas se lavan la cara con ella. Dicen que esto no sólo conserva la hermosura sino la juventud. Los españoles son quienes más relevancia le dan a esta fecha pues en las diferentes provincias se celebra también "la noche de San Juan".

En el País Vasco, se encienden miles de hogueras en todos los pueblos, aldeas y caseríos. En Asturias tiene lugar una romería en la ermita de San Juan Bautista. Tolosa, celebra con corridas de toros, procesiones y danzas. En el trócano no se le da tanta trascendencia al hecho pues las estaciones no marcan la vida de la gente.



Illustración: Activado

Elimine totalmente LA CELULITIS

Adhesivos - Crema - Masajes

SHOWA

CDMA SUIZA S.A. - TEL: 250 3734 Laureles

Lámparas Pavezzo

(lámparas creativas nuevas tecnologías)

Soluciones para el verano rápidamente

TEL: 250 3734 Laureles

Madera

Abrimos domingos de 9:30 am. a 1:30 pm

Calle 30 Sur N° 43A - 62 Envigado

PIX: 276 08 05 Fax: 331 87

web site www.pavezzo.com.co

Soluciones para el verano rápidamente

TEL: 250 3734 Laureles

Madera

Abrimos domingos de 9:30 am. a 1:30 pm

Calle 30 Sur N° 43A - 62 Envigado

PIX: 276 08 05 Fax: 331 87

web site www.pavezzo.com.co