

JOSÉ ANTONIO DURÁN QUINTANA

EL DOLOR, DUELE



Con la colaboración de ANA DURÁN FERRERAS
(Fundación San Pablo Andalucía - CEU)

Editorial Universidad de Sevilla

JOSÉ ANTONIO DURÁN QUINTANA

EL DOLOR, DUELE

Con la colaboración de ANA DURÁN FERRERAS
(Fundación San Pablo Andalucía - CEU)



Serie: Ciencias de la Salud

COMITÉ EDITORIAL:

José Beltrán Fortes

(Director de la Editorial Universidad de Sevilla)

Araceli López Serena

(Subdirectora)

Manuel Espejo y Lerdo de Tejada

Juan José Iglesias Rodríguez

Juan Jiménez-Castellanos Ballesteros

Isabel López Calderón

Juan Montero Delgado

Lourdes Munduate Jaca

Jaime Navarro Casas

M^a del Pópulo Pablo-Romero Gil-Delgado

Adoración Rueda Rueda

Rosario Villegas Sánchez

Reservados todos los derechos. Ni la totalidad ni parte de este libro puede reproducirse o transmitirse por ningún procedimiento electrónico o mecánico, incluyendo fotocopia, grabación magnética o cualquier almacenamiento de información y sistemas de recuperación, sin permiso escrito de la Editorial Universidad de Sevilla.

Motivo de cubierta: Así como un explosivo es capaz de la demolición de una esbelta chimenea, el dolor –especialmente si persiste– puede derrumbar la personalidad más vigorosa.

© EDITORIAL UNIVERSIDAD DE SEVILLA 2017

C/. Porvenir, 27 - 41013 Sevilla

Tlfs.: 954 487 447; 954 487 452; Fax: 954 487 443

Correo electrónico: eus4@us.es

Web: <<http://www.editorial.us.es>>

© JOSÉ ANTONIO DURÁN QUINTANA 2017

ISBN: 978-84-472-2029-8

Diseño de cubierta: Santi García

Conversión a epub: Emiliano Molina

*A la memoria de mis padres,
a quienes –por omisión– no siempre acerté a compensar*

Índice

cubierta

ficha técnica

dedicatoria

entrada

i. un rótulo demasiado pequeño

1. con la definición a cuestas

2. «decir» el dolor

3. socialización del dolor

ii. dolor y sufrimiento: un binomio temible

1. ¿en qué consisten el dolor y el sufrimiento?

2. repercusión del sufrimiento generado por el dolor

3. el sentido de una sinrazón

iii. explicación del dolor

1. de la sensación al «estructuralismo»

2. el desembarco en la teoría de la «compuerta»

3. los sin dolor

iv. derecho a librarse del dolor

1. cuajado social del problema

2. razones que explican la tardanza

3. despliegue legislativo

v. antropología del dolor

1. de médicos y literatos

2. viktor von weizsäcker

3. la visión de los contemporáneos

vi. encarando el dolor

1. los fundamentos

2. el proceso de enfrentamiento

3. recursos, estilos y estrategias

vii. opiofobia y epidemia de opioides

1. un remedio muy antiguo

2. nunca mejor que ahora

3. las unidades del dolor

viii. coda para creyentes... y descreídos

1. del cielo al suelo

2. cultura, religión, dolor

3. el dolor en el cristianismo

abrochando el discurso

bibliografía

reseña

biografía del autor

Entrada

El dolor como concepto lleva mal la soledad. Por eso, siempre que sufrimos alguno le incorporamos un adjetivo (insoportable, crónico, punzante, etc.). Sea cual sea el calificativo acompañante, el padecerlo es una experiencia simultáneamente individual y universal. Este último componente permite una comprensión común y atemporal de dicha experiencia, pero el individual conlleva una interpretación *ad personam*. Se puede decir coloquialmente que todos los que han sufrido una fractura del peroné saben que duele, pero cuánto y cómo es personal e intransferible. La interpretación personal incluye forzosamente dos ingredientes. Uno de naturaleza física, el dolor en sí producido por una lesión orgánica. El otro, en la esfera de lo psíquico, el sentimiento que el dolor genera en el ánimo de quien lo sufre. Ambos elementos existen siempre, sea cual sea el tipo de dolor padecido. No obstante, su distinción es más nítida en el crónico que en el agudo. En la práctica los dos componentes se ensamblan en un cuerpo único, como una moneda con su cara y su cruz.

Existe una dinámica bidireccional entre el anverso y el reverso de esa moneda. En el primero, desde el fenómeno físico (ejemplo, una cefalea) al sentimiento que provoca (ejemplo, irritabilidad). En el reverso, desde el sentimiento (ejemplo, miedo a un dolor ya conocido) hasta el incremento del dolor físico (si ese dolor reaparece). Entiendo que la mejor forma de representar esta situación es la que he utilizado para titular el libro: *El dolor, duele*. Aclaro que lo he tomado prestado de las *Églogas*^[1] de Garcilaso de la Vega. Concretamente, de la estrofa que dice:

*No me podrán quitar el dolorido sentir,
Si ya del todo primero no me quitan el sentido.*

Ese *dolorido sentir* describe de forma insuperable cómo un sentimiento puede abrir la puerta al dolor, y viceversa. Me declaro deudor de tan luminoso poeta.

Querer escribir un libro puede ser una ocurrencia súbita, a la manera de un fogonazo, pero llevarlo a cabo suele necesitar un período de cocción más o menos

dilatado. Al decir escribirlo no pienso en su transcripción al papel o a un sistema informático, tarea material que puede acelerarse o enlentecerse a voluntad. Me refiero a tenerlo estructurado en mente, incluyendo su esquema general, la línea maestra argumental, los bloques en que se va a dividir, e incluso una aproximación a los títulos de los capítulos previstos. Como se ve un proceso similar al que media entre sembrar una semilla y contemplar posteriormente el árbol frondoso a que da lugar. Califico la comparación de parecida –y no de idéntica– porque el tiempo en el caso de la semilla está fijado por la naturaleza, mientras que en el de la escritura está marcado por la biografía del autor, siempre azarosa.

Esto último obliga a señalar dos cosas. La primera es que se trata de un proceso centrífugo, desde las entrañas de quien escribe hacia los posibles lectores. La segunda es que un libro se escribe cuando se puede, no cuando se quiere. Debo matizar para adelantarme a malentendidos. Por lo pronto un libro es un producto intelectual del autor, a la manera de las hormonas producidas por las glándulas de secreción interna. Eso supone que solo podrá escribirlo cuando su evolución biográfica esté madura para la tarea. En la comparación anterior resultaría imposible que las gónadas de un niño sano de 4 años segreguen hormonas sexuales en cantidades significativas, de ahí que su masculinidad está en potencia. Como señala Marías en relación a su *Antropología metafísica*^[2]: *no hubiera podido escribirla en plena juventud, porque está saturada de experiencia de la vida*. Por otro lado, y derivado de lo que acabo de decir, los contenidos de un libro que ya se tiene estructurado mentalmente están lejos de ser estáticos. Muy al contrario, muestran un dinamismo considerable que obliga al autor a un continuo reajuste.

Lo que antecede viene a cuento para aclarar que he escrito este libro cuando mi biografía personal ha estado madura para la faena. Las más de cuatro décadas como médico especialista en farmacología clínica me han servido, inadvertidamente, para tal fin. Sin embargo, he necesitado un fulminante para poner el proceso en marcha. Ese papel ha correspondido al estudio, obligado por mi deseo de estar actualizado profesionalmente, de una rama de la farmacología con un desarrollo vertiginoso en el último decenio. Se trata de la farmacogenética, cuyo presente –no digamos su futuro– está aún sin precisar.

La terapéutica basada en la farmacogenética podría aplicarse, al menos teóricamente, a todas las patologías susceptibles de ser tratadas con medicamentos. En la práctica a la totalidad, y entre ellas al dolor en todas sus variantes^[3]. Pese a todo, comprender los mecanismos genéticos del dolor y de su tratamiento farmacológico *ad hoc* resulta una visión miope si se ignora a la persona que lo padece. Puedo asegurar que si la farmacogenética fue el fulminante, la antropología actuó como el cebador que multiplicó la explosión inicial.

Aceptando que el dolor es un prisma de muchas caras, una de ellas es su trascendencia espiritual. Esta cuestión hay que plantearla con gran tacto, pues genera controversias con una velocidad que ya quisiera para sí el actual campeón mundial de los 100 metros lisos. La zambullida en los aspectos no estrictamente médicos del dolor (antropológicos, culturales, pedagógicos, etc.), topa inevitablemente con su vertiente religiosa. La extensión y contenido varía con las creencias individuales, pero es un ingrediente inexcusable. El tema de este libro gira alrededor del dolor humano y está escrito por un médico, pero no es un texto estrictamente médico sobre el dolor. Quiero decir que nadie espere encontrar en él, sino de refilón, aspectos clínicos, diagnósticos o terapéuticos del dolor. Por tanto debería incluir el componente religioso del dolor, o justificar su ausencia. En eso estoy, en no eludir el binomio religión-dolor aunque sin rebasar los límites que considero le corresponden.

En tal sentido, para no jugar con la baraja trucada, y como la ocasión viene a cuento, me declaro cristiano. Lo soy porque así me educaron mis padres, a quienes nunca agradeceré bastante esa herencia espiritual. Por otra parte, pienso que razón y fe son compatibles; más aún, en casi todas las ocasiones son complementarias. De la misma forma acepto que haya quienes consideran que pensamiento y religión son campos antagónicos. Carezco de afán de proselitismo, no pretendo imponer mis creencias a nadie, pero tampoco deseo que otros me hagan imperativas la suyas.

¿Dónde situar los límites al considerar el papel de la religión en quienes sufren dolor? Sin duda que allí donde comienza la opinión de los defensores de otras opciones. Se trata de una postura desalmidonada, lejos de toda rigidez conceptual, pero no encuentro otra mejor. Entiendo que mi condición de creyente me llevaría a

utilizar criterios asumibles para un cristiano, pero difícilmente entendibles para un musulmán, un budista o un judío. Es decir, no considero ajustado a razón emplear fundamentos particulares (las que aporta el cristianismo) para un problema universal (el dolor). Si algún lector piensa que mantengo una posición de soberbia intelectual, no habré sabido transmitir adecuadamente que mis opiniones carecen de engreimiento.

He referido antes que el dolor ofrece muchas facetas a considerar, lo que justifica la necesidad de abordar el mayor número posible de ellas para evitar tener del mismo una comprensión incompleta o deslabazada. Hasta donde me ha sido posible he intentado cumplir este requisito. Después se precisa un método que estructure el libro para que su contenido sea inteligible. Cabe optar por mirar aisladamente cada una de esas caras, como si fueran superficies estancas comunicadas entre sí. Ese sistema deja al lector la tarea posterior de articularlas colateralmente para que formen un todo estructurado. He optado, sin embargo, por la articulación lineal del texto. Así, lo primero ha sido identificar y etiquetar cada una de las caras del poliedro que es el dolor con un capítulo del libro. A continuación he buscado que el final de cada uno engarce lógicamente con el comienzo del siguiente. El enganche actuaría como una cabeza de playa en la que asentarse para desarrollar el capítulo que le sigue.

También he dicho con anterioridad que no pretendo escribir un libro médico sobre el dolor. Verdad es que incluye términos utilizados por los profesionales médicos, pero igualmente son conocidos y comprendidos por cualquier persona con un nivel cultural medio. De donde se colige que su estilo de redacción no se ciñe al habitual de los textos científicos, aunque tampoco al de los literarios. Puesto que he pretendido efectuar una reflexión sobre el dolor, consideré que la forma de redacción más apropiada era la del ensayo.

Esta elección parece presuponer que el autor es un pensador de fuste, y que entre las líneas del texto se esconde un sólido cuerpo de doctrina. Suplico que nadie se haga ilusiones al respecto. Conviene recordar que la forma del molde no garantiza la calidad del bizcocho. Desde luego me he esforzado para que los ingredientes sean de la máxima calidad, pero mis posibilidades intelectuales y

culinarias son las que son. Pese a todo, me afirmo en que no hay un formato mejor que el del ensayo para hilvanar estas reflexiones. Suscribo, de principio a fin, la opinión de Marina^[4] cuando explica porqué optó por ese mismo formato para uno de sus libros: *La segunda (decisión) es haber elegido el ensayo como forma de expresión. Para mí, el ensayo consiste en estudiar un tema como si se fuera a hacer una tesis doctoral, pero luego exponerlo como una obra literaria, aprovechando todos los recursos posibles, haciendo que las ideas no sean sólo convincentes, sino seductoras.* Pues eso, pero rogando que nadie que lea lo que sigue quede frustrado si no doy la talla como escritor.

Quien tenga la osadía de escribir sobre un tema tan atemporal y universal como el dolor debe asumir que todas sus opiniones van a ser matizadas, como poco, por cada uno de los lectores. El hecho se acepta sin dificultad porque: ¿quién no ha sido mordido por el dolor y obtenido así una opinión propia? De manera que el único asidero del que aspira a escribir sobre este tema es la fidelidad a sus opiniones. Es posible que la línea de su pensamiento no tenga un trazo muy grueso, o que carezca de brillo refulgente, pero es la suya. Autenticidad es la figura que retrata este planteamiento, y a la que perseguir. Conseguir ese objetivo no colma los anhelos del autor, pues se trata solamente de la base de partida. Algo así como la forma en que los aficionados taurinos valoran la actuación de un diestro que no consideran desastrosa, pero tampoco les ha emocionado. Ha sido una faena «aseá», dicen. Este ni fú ni fá, preñado de soterrada indiferencia, resulta más corrosivo que una descalificación virulenta. Por tanto, escribir sobre el dolor conlleva subir un escalón en la autoexigencia. Tarea difícil, pues demanda huir de los lugares comunes, o no repetir dichos garbanceros, al alcance de cualquiera. Tratar de entender lo que de azote psíquico y físico tiene el dolor, es tarea que pide encelarse intelectualmente con el tema. Para ello hay que rechazar intencionadamente el aldeanismo en que tan fácil es caer. Sin duda que es un reto de altura, y sin garantías de resultados.

Sea cual sea el valor real de un escrito, su calidad, siempre hay al fondo del mismo un esfuerzo intelectual. En ocasiones se hace su lectura con tal fluidez que arrastra a seguir leyendo, pareciendo que su redacción se ha llevado a acabo con pareja facilidad. Recuerdo una entrevista con el periodista César González-Ruano. Gastaba este personaje merecida fama de escritor prolífico, capaz de producir varios

artículos al día y presentarlos con una redacción fácil, casi alada. Cualquiera que fuera el asunto tratado, desde el más intrascendente al más sesudo, la redacción daba la impresión de ligereza, como un *soufflé* muy esponjoso. En la entrevista nuestro autor se lamentaba de lo erróneo de esa apreciación, y señalaba el enorme esfuerzo mental que le suponía redactar los 2-3 folios de cada artículo, así como las numerosas tachaduras y correcciones que en el original aparecían. En la misma línea, con su también aparentemente sencilla y pulida escritura, el maestro Ortega escribió^[5]: *El lector no sospecha los apuros que un hombre pasa para escribir un pliego*. Con seguridad que la frase sería suscrita por todo el que se haya embarcado en la aventura de escribir. También vale en mi caso.

¿Por qué resulta esforzada la redacción de un escrito? Simplemente, por ser un destilado del ejercicio de pensar –repare el lector en la utilización del vocablo ejercicio. Eso significa, por lo pronto, que el proceso lleva su tiempo. Es una condición cierta, pero mencionar solamente el tiempo orienta hacia un proceso pasivo. Algo parecido al desgaste de las piedras por el agua de un arroyo con el discurrir de los siglos. Estos cantos son la piedra inerte sobre la que actúa, enhebrada por el hilo del tiempo, el agua que fluye incesante. Lo contrario ocurre en el pensar, que se va desarrollando de forma sincopada en un proceso activo de intensidad y duración variable. Por condensarlo en una sola palabra: una «rumiación». Admito que es un vocablo malsonante para describir una actividad humana, pero mirando bien lo que define se asemeja a lo que hacen los bóvidos para alimentarse. El alimento (leer), vuelve a la boca (repensar) para ser masticada (integrar en las vivencias personales) y así extraer los elementos nutricios (elaborar ideas propias).

En segundo lugar, el resultado de ese proceso activo no aparece en su totalidad de una sola vez. Ya quisiera el hombre que los resultados de su actividad mental aparecieran con la regularidad con que entra en el torrente sanguíneo un medicamento administrado mediante «goteo». Por eso lo he definido antes como destilado. Eso lleva implícita una demora obligada en el logro de resultados. A lo que hay que añadir la intermitencia en la salida: hay periodos en que no se obtiene resultados, otros en que son escasos, y también hay ocasiones en que salen a borbotones, atropelladamente.

Mas no todo son aflicciones en esta aventura. También existen al escribir momentos de satisfacción honda, más aún, de auténtico deleite. A veces, con sorpresa, se topa el autor con giros y expresiones de los que nunca se creyó capaz. Surgen como *flashes* súbitas ocurrencias que iluminan con claridad zonas de la cuestión hasta entonces empenumbradas. En ocasiones las ideas parecen objetos físicos, como los cubos de un rompecabezas, que pueden tocarse y ordenarse para formar un todo inteligible. Se descubre la posibilidad de percibir cálidas vibraciones aparentemente incompatibles con la aridez del pensamiento lógico. Emergen conexiones entre conceptos que antes parecían situarse en campos remotos, cuando no antagónicos. Finalmente qué decir del gozo de tener entre las manos el fruto de la tarea, la obra intelectual que el autor se había propuesto.

Cabe una última aclaración sobre el cañamazo en que asienta el libro. Hago más las palabras que aparecen en el Prólogo del conocido ensayo *España, un enigma histórico*. Dice allí Sánchez-Albornoz^[6]: *Prefiero cabalgar la parda mula del buen sentido que el pura sangre de la imaginación desenfrenada*. Soy consciente que estoy irremediablemente ayuno de imaginación, literaria o de cualquier otra índole. Me declaro inútil para hacer el más simple encaje de bolillos intelectual. La capacidad de fabulación ni la fantasía las he recibido como dotes naturales. En consecuencia, lo escrito es fruto del esfuerzo reflexivo, continuado y paciente, sobre un tema que me interesa por motivos diversos. No pretendo estar en posesión de «la» verdad en el tema del dolor (ni en ningún otro), pero tengo «mi» verdad al respecto, y la expongo sin cortapisas.

Los asuntos tienen un límite. Estas consideraciones preliminares, también. Me arremango, pues, y me pongo a la tarea de escribir sobre lo que pregona el título del libro.



Editorial Universidad de Sevilla