

# Ciencia y Luz

FACEBOOK | TWITTER: @CienciaUV



DIRECCIÓN DE COMUNICACIÓN DE LA CIENCIA



Universidad Veracruzana

Ciencia UV

Por Minerva Hernández Lozano\*

Edición: Dir. de Comunicación de la Ciencia, UV

Ilustración: Francisco J. Cobos Prior  
dcc@uv.mx

## ENVEJECER EN TIEMPOS DE ANALGÉSICOS

COMO TODOS LOS DÍAS A PARTIR DE SU JUBILACIÓN, ALBERTO CONCLUYE SU DESAYUNO CON UN RITUAL CUIDADOSO QUE ES PARTE DE SU VIDA: EL CONSUMO DE SUPLEMENTOS Y MÁS DE OCHO PEQUEÑAS FORMAS REDONDEADAS MULTICOLOR QUE GUARDA CELOSAMENTE EN UNA CAJA DE COMPARTIMENTOS.



**Como** su textura y sabor no siempre son agradables, con frecuencia las acompaña con café, leche, jugo o alguna bebida de cola. Aparentemente todo está bien, hasta que un día despierta hospitalizado y una voz cercana a su oído le indica "sus riñones han fallado, es momento de pensar en la diálisis o un trasplante"

Esta historia y otras similares son la constante del Siglo XXI, en que los adultos mayores de los países más desarrollados han superado la expectativa de vida debido a la tecnología médica. En México, se ha estimado que el dolor está presente en casi la mitad de quienes superan los 65 años, siendo más común en mujeres. Los dolores más referidos son los de cabeza, de estómago, artríticos y asociados a cáncer.

### TRATAMIENTOS ANALGÉSICOS Y SUS COMPLICACIONES

De acuerdo a la Asociación Internacional para el estudio del dolor (la IASP, por sus siglas en inglés), éste se define como una experiencia sensorial o emocional desagradable relacionada a un daño real o

potencial de un tejido. En el corto plazo, es necesario para la supervivencia del cuerpo pero cuando su duración e intensidad se prolongan, puede volverse una enfermedad. Para tratar el dolor, el señor Alberto toma el tratamiento que su médico le prescribió tiempo atrás, y como un extra, el remedio naturalista, según su pensar «como son naturales son buenos, no causan daño y si me los tomo juntos, más bien me previenen de otras enfermedades».

La Organización Mundial de la Salud (OMS), propuso en los años 80's la "escalera analgésica", que simula cuatro escalones de tratamiento farmacológico según el grado de dolor. En el primer nivel se ubica a los analgésicos como el ibuprofeno o naproxeno, y en el siguiente nivel, cuando el dolor es moderado, se usa el tramadol o la codeína. En los niveles más elevados, que cursan con dolor grave, se dispone de buprenorfina y la morfina. El uso de estos medicamentos dependerá de las características del dolor, el estado físico y las posibilidades socioeconómicas del paciente, así como de la disponibilidad del producto en las farmacias. Cuando

un achaque le llega al señor Alberto, busca entre su caja de medicamentos uno que le quite el dolor rápido y que no le cause más malestar. Los medicamentos del primer escalón analgésicos son muchos, pero le provocan alergias, úlcera gástrica y mareos y decide tomar otros que vio anunciados en televisión, pues dice "estos ya no me hacen".

### TERAPIA ANALGÉSICA EN EL ADULTO MAYOR: TODO UN RETO POR DELANTE

Los problemas más importantes entorno a los analgésicos en el adulto mayor son los olvidos en los tiempos de la toma, ingerir una dosis doble o desconocer la indicación del medicamento. A pesar de a diferencia de la población joven, son más conscientes de la necesidad de seguir el tratamiento prescrito.

Por otro lado, hay una tendencia entre los médicos a no considerar las diferencias en la respuesta a los tratamientos en la población mayor, dando como resultado interacciones con otros medicamentos, suplementos nutricionales, el alcohol e inclusive alimentos.

En el grupo de jubilados, el señor Alberto observa a sus compañeros y se da cuenta que no son los mismos que 30 años atrás: el dolor agudo o crónico intenso provoca tristeza, irritabilidad y depresión. Algunos pacientes intentan suicidarse o piden ayuda para acabar con su vida. Muchos de ellos tienen enfermedades crónicas, aunado a una difícil situación social que se asocia a rápido deterioro físico casi todos toman múltiples medicamentos y los suplementos que se recetan entre ellos, "al compadre de mi marido le hicieron muy bien estas pastillas, a ti también te deben funcionar" se escucha por ahí y por allá.

Debido a la complejidad de los mecanismos que producen el dolor, así como a la dificultad para identificarlo y tratarlo, es necesario contar con personal especializado. Por ello, en Estados Unidos de América se fundó en la primera clínica del dolor en 1946, que motivó su creación en otros países como el nuestro. Su misión desde entonces ha sido el manejo del dolor basándose en una atención integral con enfoque multidisciplinario que mejore la calidad de vida, por lo que colabo-

ran médicos especialistas en dolor o algólogos, con enfermeras, trabajadores sociales y recientemente, los farmacéuticos.

También existen programas asistenciales de envejecimiento saludable promovidos por el Gobierno Federal que consideran una evaluación integral a nivel funcional, mental, social y físico analizando las enfermedades presentes, los hábitos y factores de riesgo en las que se incluyen cuestionarios para el registro de los medicamentos consumidos y sus posibles consecuencias.

El señor Alberto se ha ido, pero su estilo de vida y su relación con los medicamentos es un fuerte aliciente para sus compañeros de jubilación así como para sus familiares para ir cambiando paulatinamente hábitos poco saludables, y tomar acciones desde el hogar, promoviendo el uso racional de los medicamentos desde una perspectiva científica y responsable.

\*Estudiante del Diplomado en Comunicación Pública de la Ciencia, UV  
Correo: minehemandez@uv.mx

