



Como Mitigamos el Dolor y los Miedos del Paciente

Traducido de *How We Relieve Patient Pain and Fears* por Grace Brooke Huffman, MD, CMD, Associate Medical Director Montgomery Hospice.

Los pacientes de Montgomery Hospice saben que escuchamos sus prioridades y deseos, así como sus miedos y preguntas. Tratamos de ayudar a que cada paciente viva tan completamente como sea posible el tiempo que le queda. Una preocupación frecuente de los pacientes es el dolor; ellos preguntan: “¿Eventualmente, me causará dolor mi condición, y seremos capaces de hacer algo para mitigarlo?” o, “Ahora tengo un dolor terrible, pueden ustedes ayudar a mitigarlo?”

Sí, nosotros podemos ayudar.

Los especialistas en práctica clínica en Montgomery Hospice son expertos en administración del dolor al final de la vida. Todos los médicos de Montgomery Hospice que cuidan de pacientes adultos están certificados en Hospice y Medicina Paliativa. Esta es una especialidad que se ocupa de enfermedades crónicas y terminales y de la administración de síntomas relacionados con estas condiciones. Nuestros médicos están acostumbrados a tratar una variedad de síntomas que se puedan presentar, incluyendo el dolor.

El dolor es una de las maneras en que nuestro cuerpo nos deja saber que algo necesita atención. Por consiguiente, cuando sabemos que lo causa (o mientras lo averiguamos), usamos una variedad de técnicas para tratarlo. Los estudios demuestran que el dolor bien controlado permite al paciente estar más activo, evitar ansiedad y depresión, y dormir mejor. Un paciente al cual se le controla el dolor tiene mejor funcionamiento del sistema inmunológico y podrá, de hecho, vivir más tiempo.

Hay muchas causas y tipos de dolor, tales como los relacionados con daño en los nervios, lesión, o tratamientos que el paciente haya tenido antes de inscribirse en el programa de Hospicio. Montgomery

Hospice tiene médicos, practicantes de enfermería y enfermeras que pueden evaluar y tratar el dolor. Además de medicinas, nuestros pacientes tienen acceso a tratamientos sin drogas, tales como masajes, terapia aromática, música, y más.

En el uso de medicamentos para ayudar a manejar el dolor, nos gusta individualizar el enfoque dependiendo de las necesidades de cada paciente, y siguiendo las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud. El primer paso es el uso de medicamentos de venta libre, tales como acetaminophen (Tylenol) o ibuprofen (Advil). Estos medicamentos pueden ser efectivos, pero también causar sangramiento del estómago, y problemas de riñón o hígado en algunas personas, de tal forma que deben ser usados bajo conocimiento del médico. En el caso de los pacientes que ya han tratado estos medicamentos, trabajamos con ellos para determinar cuando será necesario utilizar drogas más fuertes. El paso siguiente para muchas clases de dolor es utilizar un tipo particular de medicamento conocido como opioide.

Opioides, comúnmente llamados “narcóticos”, son medicamentos fuertes para el dolor que requieren receta médica. Estos trabajan muy bien tanto para los dolores crónicos como para los agudos, y tienen además el beneficio de ser el mejor tipo de medicamento para ayudar con la dificultad para respirar, que es otro síntoma común en los enfermos terminales. Otro beneficio de los opioides es que generalmente no interactúan con otras medicinas, y no causan efectos secundarios. Los efectos secundarios, cuando ocurren, son casi siempre temporales, y se reducen a medida que el paciente va formando tolerancia a ellos. (Sin embargo, estos medicamentos causan constipación y los cuerpos de las personas no se acostumbran a este efecto secundario, de tal manera que es importante estar en tratamiento para prevenirlo.)

Hay muchos tipos de opioides (tales como osycodone, codeína, hydrocodone, hydromorphone, tramado, fentanul y otros), pero todos ellos son parecidos al opioide morfina. La morfina ha sido utilizada por cientos de años porque es muy efectiva, viene en muchas formas, puede ser fácilmente ajustada, es de bajo costo, y es bien tolerada por la mayoría de los pacientes.

Muchas personas se preocupan por el uso de la morfina (véase el recuadro), pero esperamos poderle dar seguridad con información que le puede ayudar. Lo primero, y más importante, el uso de morfina (u otros opioides) no apresura la muerte cuando se usa en dosis apropiadas y con incrementos apropiados.

Segundo, el uso de opioides, incluyendo morfina, no causa adicción entre los pacientes, aún cuando algunas personas pueden desarrollar adicción si los usan de manera inapropiada. Usándolos bajo indicaciones apropiadas (para el dolor y falta de respiración) no causará drogadicción. Nuestros médicos, enfermeras practicantes, y enfermeras ofrecen a los pacientes consejos expertos acerca del uso apropiado de opioides.

Finalmente, si a los pacientes elegibles para Hospicio les preocupa tomar morfina u otro medicamento fuerte para el dolor, les aseguramos que trabajaremos con ellos para ofrecerles la mayor comodidad posible, y la mejor calidad de vida en el tiempo que les queda. No queremos que los pacientes sufran dolores y otros síntomas que se pueden presentar al final de la vida, y tampoco queremos que tomen medicinas sin asegurarnos que ellos tienen un buen entendimiento de porque y como pensamos que deben hacerlo. La morfina y otros opioides son solamente una de las muchas maneras que tenemos para hacer mas cómodo o llevadero el viaje al final de la vida.

Preguntas y Respuestas sobre la MORFINA

He escuchado que la morfina puede disminuir la respiración y causar la muerte más rápidamente. ¿Es esto cierto?

Cuando opioides tales como la morfina se administran cuidadosamente y se incrementan gradualmente, hay poco riesgo de depresión respiratoria. Por observación cercana del paciente, nuestro grupo clínico puede indicar cuando es necesario aumentar la medicación y cuando es apropiado mantener la dosis actual del opioide.

Resultado final: Cuando se usa apropiadamente y con guía de expertos, la morfina no acelerará la muerte.

He escuchado que los pacientes con morfina duermen todo el tiempo. ¿Es esto cierto?

Uno de los efectos secundarios de cualquier opioide es la somnolencia o sedación. Sin embargo, este es uno de los efectos secundarios que irá desapareciendo después de unos pocos días de uso. Esta es la razón por la cual es importante tomar medicamentos para el dolor de acuerdo a lo indicado, de tal forma que el dolor pueda ser mejor controlado y para que así el cuerpo del paciente pueda ir formando tolerancia a la somnolencia. Otra cosa para tener en cuenta es que un dolor sin control puede ser agotador, así cuando el dolor está mejor controlado, el paciente puede finalmente relajarse y “ponerse al día” con un sueño profundo.

Resultado final: Los opioides si causan sueño, pero este efecto secundario usualmente desaparece después de unos pocos días.

He escuchado que tomar ahora medicinas fuertes para el dolor tendrá como consecuencia que esas drogas no funcionarán cuando realmente sean necesarias. ¿Es esto cierto?

No. Controlar el dolor, utilizando una variedad de métodos, es importante por varias razones (véase el artículo). A pesar de que un paciente pueda acostumbrarse a los efectos del opioide, y pueda necesitar dosis más altas, no hay un límite superior para la cantidad de medicación que se pueda usar para aliviar los síntomas. Nosotros podemos controlar el dolor mucho antes de que sea necesario utilizar dosis muy altas, y el equipo de Hospice trabajará con el paciente para decidir cuando los síntomas están bajo control.

Resultado final: No hay necesidad de sufrir si el médico determina que la morfina es la indicada para ciertos síntomas porque nosotros podemos incrementar la dosis de manera segura si es necesario.

Es muy fácil tener una sobredosis de morfina, ¿no es cierto?

La morfina ha sido utilizada en forma segura por cientos de años para aliviar el dolor. Para causar una sobredosis se requiere administrar una dosis muy alta en una sola ocasión. Debido a que nuestros expertos están tan familiarizados con los opioides, es extremadamente improbable que ocurra una sobredosis porque los síntomas de cada individuo serán manejados caso por caso.

Resultado final: La morfina administrada en dosis para aliviar el dolor es segura y efectiva.

No quiero que mi ser querido se convierta en un adicto. ¿Puede tratar el dolor, aun previniendo que se acostumbre a los opioides?

Los adictos a la droga toman este tipo de droga para “drogarse”, y así se vuelven dependientes de la droga para este efecto, independientemente de si ellos tienen o no dolor. En contraste, los pacientes de Hospice que toman opioides para el dolor no se vuelven adictos, porque ellos están tomando solamente la cantidad necesaria para el control del dolor.

Resultado final: La personas al final de la vida que toman morfina apropiadamente y en la forma indicada para el dolor o la dificultad de respirar no se vuelven adictos.

Yo pienso que únicamente debo tomar morfina cuando el dolor es realmente severo. ¿Ustedes los expertos están de acuerdo?

No. El dolor puede convertirse en un círculo vicioso y se vuelve difícil controlar si no nos le adelantamos. Nosotros podemos hacer ajustes a su régimen del dolor de tal forma que los efectos secundarios se minimicen.

Resultado final: Los medicamentos para el dolor generalmente deben ser tomados en forma regular, y no únicamente “cuando se necesitan” para lograr el mejor control posible del dolor.