



REVISTA DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DEL DOLOR

www.elsevier.es/resed



CRÍTICA DE LIBROS

David Butler, Lorimer Moseley. Explicando el dolor. Noigroup publications (David Butler, Lorimer Moseley explaining pain. Noigroup publications).

«Quién sabe de dolor, todo lo sabe». Esta frase, acuñada ya en el siglo XIII por Dante, refleja algo que hoy en día sabemos: entender el dolor, comprender cuales son los mecanismos que hay detrás de la experiencia dolorosa, puede ayudar a disminuir el dolor. Por tanto, la educación en materia de dolor puede ser una herramienta terapéutica inestimable en el abordaje terapéutico de nuestros pacientes. Uno de los problemas con los que encontramos es que los profesionales de la salud, a menudo, infravaloran la capacidad de los pacientes para comprender y asimilar conceptos relativos al dolor. No hay que olvidar que la neurofisiopatología del dolor es muy compleja y abarca terminología muy técnica y específica, difícilmente extrapolable a veces al lenguaje del paciente.

En el libro «*Explain Pain*», David Butler y Lorimer Moseley, utilizan ilustraciones, humor, historias y metáforas para presentarle al lector, a través de un lenguaje coloquial, claro y sencillo, los conocimientos más actuales en el campo de la neurociencia y la neurofisiología del dolor. Todo ello sin perder nunca el rigor científico, como lo demuestran las innumerables referencias a estudios basados en la evidencia. Además, la originalidad y atractivo de las ilustraciones, facilita la lectura del texto lo que lo hace accesible al público en general, tanto profesionales de la salud como pacientes que sufren dolor.

Partiendo de la base que el dolor es un mecanismo de respuesta que elabora nuestro cerebro ante lo que percibe como amenazante, los autores subrayan la necesidad de considerar al cerebro para poder entender como las emociones, pensamientos y conductas pueden influir en la experiencia dolorosa. La clave del éxito es determinar, en cada paciente, los motivos por los cuales el cerebro llega a la conclusión de que nuestro cuerpo está en peligro.

El libro se divide en 6 secciones. En la primera, se enmarca el dolor en el contexto del siglo XXI: el concepto clave de dolor como amenaza que percibe el cerebro y como respuesta empieza a germinarse ya desde el primer momento. A través de historias reales y experiencias increíbles de gente con dolor, Butler y Moseley alertan ya al lector que el dolor no es simplemente algo que guarda una

relación directa con lo que ocurre en los tejidos. El lector empieza a ser consciente de la complejidad del dolor y de cómo situaciones muy traumáticas no tienen por qué dar lugar necesariamente a la percepción de dolor. Por último, se discute el papel de la edad, sexo y cultura en el dolor. Esta sección, al igual que el resto, finaliza con un resumen conciso de las ideas más importantes lo que facilita el aprendizaje y la asimilación de conceptos.

La segunda sección se centra en la detección y transmisión del mensaje nociceptivo y se discute el papel del dolor como mecanismo de protección de nuestro cuerpo. Se habla de receptores, nociceptores, potenciales de acción y transmisión sináptica de una manera lógica y fácil de entender. La tercera sección describe lo que ocurre en los tejidos cuando son dañados, haciendo especial hincapié en los mecanismos que subyacen a la inflamación. Se repasa el comportamiento de los diferentes tejidos somáticos (músculo, articulación, discos, piel...) ante la lesión y su proceso de curación. Se introduce el concepto de dolor neurogénico periférico y se establecen las diferencias entre este y el dolor nociceptivo somático.

La cuarta sección se focaliza en el papel del sistema nervioso central en la producción y la perpetuación del dolor. Se presentan los mecanismos fisiológicos y psicosociales envueltos en los pacientes con dolor crónico como la sensibilización central y la reorganización cortical, catastrofismo o conductas de miedo-evitación. Se discuten el efecto y la influencia de los cambios que acontecen en el sistema nervioso autónomo, motor, endocrino e inmune en los sujetos con dolor, así como el papel que juegan las emociones y las cogniciones.

En la quinta sección, se describe la situación a la que se van abocados los pacientes con dolor crónico, que no entienden el porqué de su dolor. La recomendación del libro es clara. Hay que buscar la respuesta al dolor en los profesionales de la salud pero evitando la dependencia total de los mismos. El paciente debe tomar el control de la situación. Para ello debe entender, por ejemplo, que en una situación de dolor crónico el hecho de que haya dolor no equivale a daño en los tejidos. Se hace también, en esta sección, un repaso a las modalidades de tratamiento empleadas más a menudo en el tratamiento del dolor.

La sexta y última sección ofrece herramientas para el manejo del paciente con dolor. La educación y comprensión del dolor, la exposición gradual, el movimiento o los

ejercicios del cuerpo virtual, son algunos ejemplos de estrategias terapéuticas recomendadas para el paciente con dolor.

No sería exagerado afirmar que estamos ante un libro excepcional pues es capaz de acercar al lector-paciente con dolor, de una forma comprensible y amena, al mundo de la neurofisiología y de la neurociencia del dolor. La finalidad de esta obra es servir como herramienta en el tratamiento del paciente con dolor crónico a partir de un cambio en su concepción del dolor.

E. Lluch Girbes y R. Torres Cueco
Universidad de Valencia, Valencia, España
Correo electrónico: Rafael.Torres@uv.es (R. Torres Cueco).

R. Torres Cueco
Presidente de la Sociedad Española de
Fisioterapia y Dolor (SEFID)