

## **EL AFRONTAMIENTO ANTE EL DOLOR CRÓNICO EN ANCIANOS MAYORES DE 70 AÑOS**

### **THE COPING WITH CHRONIC PAIN IN PEOPLE OVER 70 YEARS**

Carmen Martínez Orihuela, Matilde Lozano Luzón, Rafael Ávila Garrido

Institucion

[carmen.mo86@gmail.com](mailto:carmen.mo86@gmail.com)

Salud Mental. Anciano. Dolor Crónico. Afrontamiento.  
Mental Health. Aged. Chronic pain. Coping behavior.

#### **RESUMEN**

**Introducción:** El dolor crónico es aquel cuya duración se prolonga más de 6 meses, sus causas son variadas desde lesiones, infecciones, psiquiátricas o neuropáticas, entre otras. Las personas que lo padecen sufren numerosos trastornos que influyen de manera negativa en sus actividades de la vida diaria, en definitiva en su salud.

**Objetivo:** Conocer el afrontamiento ante el dolor crónico en ancianos mayores de 70 años.

**Método:** Estudio descriptivo, transversal. Realizado durante el período comprendido entre Abril y mayo de 2015, a 82 ancianos mayores de 70 años, a los que se les aplicó el Cuestionario de afrontamiento ante el dolor crónico (CAD).

**Resultados:** Un 71,95% de los participantes obtuvieron puntuaciones altas en las subescalas de Búsqueda de información (Búsqueda de apoyo social instrumental) y Autoafirmación. Un 12,20% de los participantes obtuvieron puntuaciones altas en las subescalas de Distracción y Autocontrol mental.

**Conclusiones:** Según los resultados de la encuesta la mayoría de los ancianos mayores de 70 años de nuestro estudio afronta el dolor crónico desde la búsqueda de información (Búsqueda de apoyo social instrumental) y Autoafirmación, mientras que una pequeña parte lo hace desde la Distracción y Autocontrol mental. El tratamiento del dolor crónico es variado, depende de cada persona. Los profesionales sanitarios debemos de contribuir a informar, tratar y así aliviar el dolor crónico de los pacientes.

# EL AFRONTAMIENTO ANTE EL DOLOR CRÓNICO EN ANCIANOS MAYORES DE 70 AÑOS

## Introducción

El dolor crónico (1) es una experiencia sensorial y emocional desagradable cuya duración se prolonga más de 6 meses. Las personas que lo padecen sufren numerosos trastornos que influyen de manera negativa en sus actividades de la vida diaria, en definitiva en su salud.

Hay diferentes clasificaciones de los tipos de dolor. Según su fisiopatología:

- Nociceptivo.

Se produce por una estimulación de los receptores del dolor (fibras A-delta mielínicas y C-mielínicas) por mediadores de la inflamación y citocinas. Este estímulo se transmite por las vías nerviosas ascendentes hasta la corteza cerebral. Se subdivide en visceral (relativo a órganos o vísceras, de carácter más apagado, mal localizado, profundo, difuso) o somático (relativo al sistema músculo-esquelético, bien localizado, fijo y puede ser superficial o profundo). Por ejemplo, dolor artrósico, dolor por enfermedad isquémica.

- Neuropático.

Se produce por compresión o infiltración de estructuras nerviosas del sistema nervioso central o periférico, p. ej., neuropatía diabética.

- Mixto.

Se produce por mecanismos múltiples o desconocidos, p. ej., cefaleas recurrentes.

- Psicológico.

Como por ejemplo, trastornos somatomorfos.

El dolor crónico (2) es un síntoma muy frecuente en el paciente mayor, el cual afecta enormemente a su calidad de vida. Para los profesionales sanitarios, esta afección supone un gran reto, ya que el dolor no sólo tiene un componente fisiopatológico, sino también otros, como psicológicos, sociales y familiares, que debemos conocer y tratar. Su prevalencia varía en función del lugar en el que se realice el estudio, oscila del 25-50% en el medio comunitario al 80% en el residencial y es superior en mujeres que en varones. La mayoría de los estudios indican un pico de prevalencia a los 65 años con un efecto meseta a partir de los 85 años por el "efecto supervivencia". Se debe a enfermedad músculo-esquelética con frecuencia mayor (65-85%) y su localización más habitual es el raquis y las extremidades inferiores.

El dolor en los ancianos se caracteriza por:

- Diferente sensibilidad al dolor condicionada por una compleja red de circunstancias.

## **EL AFRONTAMIENTO ANTE EL DOLOR CRÓNICO EN ANCIANOS MAYORES DE 70 AÑOS**

- Durante mucho tiempo se había creído que la persona mayor sentía menos dolor que la joven, y por ello precisaba menos tratamiento; Sin embargo, hay discrepancias a este respecto y, aunque hay evidencia de una disminución de dolor asociado a determinados procesos, como el infarto agudo de miocardio, dolor abdominal, algunos cánceres, dolor postoperatorio, y experimentalmente hay una alteración en el receptor, las diferencias existentes no se pueden explicar sólo por ello, sino que están condicionadas por otras circunstancias, como el impulso nociceptivo, aspectos sociales, historia previa del dolor, emociones asociadas, etc.
- Diferencias en la farmacocinética de los analgésicos. La absorción por vía oral o transdérmica no se afecta de forma llamativa, pero sí lo hace la distribución por disminución de la masa corporal y el contenido de agua total. La oxidación y el efecto de primer paso hepático, así como la excreción renal, también se ven afectados.
- La existencia de pluripatología y polifarmacia.
- Dificultad en el diagnóstico debido a una comunicación difícil o limitada.
- Respuestas psicológicas específicas ante la vivencia de sufrimiento.

### **OBJETIVO**

Conocer el afrontamiento ante el dolor crónico en ancianos mayores de 70 años.

### **MÉTODO**

Se realizó un estudio descriptivo, transversal, y se utilizó una muestra de 82 ancianos (mayores de 70 años), de ambos sexos. En la provincia de Granada y Jaén, durante el período comprendido entre Abril y Mayo de 2015.

Para la selección de la muestra se tuvieron en cuenta los criterios de ser anciano (mayor de 70 años), padecer dolor de duración superior a seis meses, estar en pleno uso de sus facultades mentales y estar de acuerdo en participar en el estudio.

Para la recogida de datos hemos usado el Cuestionario de afrontamiento ante el dolor crónico (CAD) (3). Se trata de un cuestionario autoadministrado que consta de 31 ítems distribuidos en 6 subescalas. Los autores no sugieren punto de corte. Este cuestionario sirve para explorar el afrontamiento del dolor crónico y sus áreas con las estrategias más destacadas para el control y manejo de la percepción algica.

Las puntuaciones que corresponden a cada opción de respuesta son:

- Totalmente en desacuerdo: 0
- Más en desacuerdo que de acuerdo: 1

## **EL AFRONTAMIENTO ANTE EL DOLOR CRÓNICO EN ANCIANOS MAYORES DE 70 AÑOS**

- Ni de acuerdo ni en desacuerdo: 2
- Más de acuerdo que en desacuerdo: 3
- Totalmente de acuerdo: 4

Se informó a los individuos sobre el estudio, se les pidió su colaboración, y a aquellos que aceptaron se les aplicó el Cuestionario de afrontamiento ante el dolor crónico (CAD). El tiempo aplicado en ello fue aproximadamente de 25 minutos por cada anciano.

Una vez recogidos los datos por medio del Cuestionario de afrontamiento ante el dolor crónico (CAD), se procedió al análisis estadístico.

### **RESULTADOS**

El Cuestionario de afrontamiento ante el dolor crónico (CAD) aportó los siguientes datos:

- Un 71,95% de los participantes obtuvieron puntuaciones altas (Superior a 30 puntos) en las subescalas de Búsqueda de información (Búsqueda de apoyo social instrumental) y Autoafirmación.
- Un 15,85% de los participantes obtuvieron puntuaciones altas (Superior a 30 puntos) en las subescalas de Religión y Catarsis (Búsqueda de apoyo social emocional).
- Un 12,20% de los participantes obtuvieron puntuaciones altas (Superior a 34 puntos) en las subescalas de Distracción y Autocontrol mental.

### **DISCUSIÓN, LIMITACIONES Y CONCLUSIONES**

El Cuestionario de afrontamiento ante el dolor crónico (CAD) nos aporta datos sobre el afrontamiento ante el dolor crónico en ancianos mayores de 70 años.

La mayoría de los ancianos de nuestro estudio (Casi las tres cuartas partes) se apoyan en la Búsqueda de información (Búsqueda de apoyo social instrumental) y Autoafirmación para afrontar el dolor crónico.

Mientras que poco más de la cuarta parte se apoya en la Religión, Catarsis (Búsqueda de apoyo social emocional), Distracción y Autocontrol mental para afrontar el dolor crónico, siendo estas dos últimas formas de apoyo menos recurridas que la Religión, Catarsis (Búsqueda de apoyo social emocional).

Hay numerosos estudios (4) sobre el afrontamiento del dolor crónico, en ancianos, en pacientes con demencia, en pacientes con cáncer, según el tipo de afrontamiento, etc.

Al comparar los resultados de nuestro estudio con el de otros estudios de características similares, como por ejemplo: "El papel de las variables cognitivo-conductuales y sensoriales en

## **EL AFRONTAMIENTO ANTE EL DOLOR CRÓNICO EN ANCIANOS MAYORES DE 70 AÑOS**

la predicción de la capacidad funcional y la interferencia en la actividad en una muestra de personas mayores con dolor crónico.” (5), vemos que también en ellos se demuestra la importancia del afrontamiento del dolor crónico por parte de las personas mayores.

Es muy importante desde el punto de vista de Enfermería que conozcamos la forma de afrontar el dolor crónico por parte de los ancianos para poder reforzar los aspectos beneficiosos de su conducta de afrontación o ofrecer los medios necesarios para que puedan afrontar su dolor crónico y de esta forma influya lo menos posible en sus actividades de la vida diaria, mejorando su calidad de vida.

### **BIBLIOGRAFÍA**

1. GARCÍA MAYORGA, A., VILLASEÑOR ROA, L., GARCÍA-CARPINTERO BLAS, E., “Aplicación de los cuidados en las especialidades de enfermería”, Madrid, Enfo Ediciones, 2011.
2. GARCÍA MAYORGA, A., VILLASEÑOR ROA, L., GARCÍA-CARPINTERO BLAS, E., “Aspectos fundamentales de la atención integral de enfermería”, Madrid, Enfo Ediciones, 2011.
3. Soriano J, Monsalve V. CAD: Cuestionario de Afrontamiento ante el Dolor Crónico. Rev Soc Esp. Dolor 2002; 9: 13-22.
4. VEGA ANGARITA, O. M.; GONZÁLEZ ESCOBAR, D. S. Apoyo social: Elemento clave en el afrontamiento de la enfermedad crónica. Enfermería Global, 2009, no 16, p. 0-0.
5. LÓPEZ-LÓPEZ, A.; MONTORIO CERRATO, I.; FERNÁNDEZ DE TROCONIZ, M. Izal. El papel de las variables cognitivo-conductuales y sensoriales en la predicción de la capacidad funcional y la interferencia en la actividad en una muestra de personas mayores con dolor crónico. Revista de la Sociedad Española del Dolor, 2010, vol. 17, no 2, p. 78-88.