

iHOLA!

SALUD

Niños con dolor crónico, un sufrimiento que no es fácil diagnosticar

Entre el 15 y el 30% de la población infantil sufre esta dolencia, si bien solo una pequeña parte de ellos ha recibido el diagnóstico adecuado



©GettyImages



POR ELENA VILLEGAS - MADRID

31/07/2023 14:18 CEST

Lectura: 6 m

El **dolor crónico** también afecta a los niños. Y no se trata de una situación tan excepcional como cabría esperar, puesto que entre el 15 y el 30% de la población pediátrica lo padece, según una **revisión de estudios del**

Instituto de Investigación del Hospital 12 de Octubre y la Universidad Miguel de Cervantes publicado en la revista *Children*. Los expertos advierten de un infradiagnóstico generalizado que puede afectar a quien lo sufre en diferentes ámbitos de su vida: “los datos disponibles señalan que **los niños y adolescentes con dolor crónico** habitualmente tienen problemas de estado de ánimo (en particular relacionados con la ansiedad y depresión, aunque también suele ser habitual la ira) y en el funcionamiento físico, en ocasiones deben dejar de realizar su deporte favorito por las limitaciones que causa el dolor”, apunta el **Dr. Jordi Miró, Catedrático de Psicología de la Salud en la Universidad Rovira i Virgili y Miembro del Grupo de Trabajo de Dolor Infantil de la Sociedad Española del Dolor.**

¿Qué es el dolor crónico?

El dolor crónico es una **patología** que permanece o que se repite de manera continuada durante meses o incluso durante años. Sabemos que les ocurre a muchas personas de edad avanzada, pero cuando son menores los afectados bien causa desconcierto o bien todo lo contrario: no se le da la importancia que merece. El dolor crónico puede aparecer o ser síntoma de diversas enfermedades o lesiones y también puede ir asociado a factores psicológicos, **según se detalla en el estudio del Instituto de Investigación del Hospital 12 de Octubre y la Universidad Miguel de Cervantes publicado en *Children***, en el que se destaca que “la tensión, el estrés y otras situaciones en las que se daña la autoestima pueden causar dolor y somatización de los síntomas”. En el mismo estudio, se indica que “existen **factores de riesgo asociados con una mayor probabilidad de dolor crónico**, como el estilo de vida (dieta, niveles de hidratación, consumo de tabaco y alcohol -en adolescentes- o sedentarismo) o el contexto familiar”, a lo que añaden que “los factores somáticos, psicológicos y sociales actúan como moduladores del dolor”.

Sobre las consecuencias que todo ello puede acarrear al menor de edad que padece dolor crónico, hemos preguntado al Dr. Miró (que no ha participado en el estudio de

Children al que hacemos referencia en el párrafo anterior), y afirma que **repercute, incluso, en el ámbito escolar**, “pues su capacidad de atención, concentración y memoria también suele verse afectada”.

También surgen “**problemas en sus relaciones sociales**, sea con los compañeros de clase o con la familia”; en este sentido, el Dr. Miró subraya que “los efectos del dolor crónico trascienden los límites de quien lo experimenta en primera persona para acabar afectando a quien convive con el paciente, muy particularmente a sus familias. Por eso **el tratamiento de esta población debe ser interdisciplinar y extenso**. Cualquier otra opción está abocada al fracaso”.

Por eso los expertos piden que sea considerado una enfermedad, puesto que es el principal motivo de consulta médica (al menos entre los mayores de edad), según la SED.

¿Por qué está infradiagnosticado el dolor crónico infantil?

Si el **infradiagnóstico** ya se da en la población general, en la pediátrica las cifras son aún mayores. ¿Por qué es así? “Seguramente por un conjunto de factores”, entre los que destaca que “venimos de una época en la que **se creía que los niños no tenían dolor crónico**, y que el impacto del dolor en esta población era escaso o mucho menor que en adultos”, si bien “hoy sabemos que esto no es así”. A esto hay que sumar que “existe poco interés por el problema entre los mismos profesionales sanitarios” y “**la escasa formación que reciben los profesionales sobre el dolor crónico en general**, y muy particularmente sobre el dolor crónico infantil”.

Como cabría suponer, también tienen que ver “**los recursos disponibles** tanto de profesionales sanitarios bien formados como estructurales y hospitalarios”, que son pocos. En este ámbito, además, “**la investigación es escasa**, y sin investigación no se genera el conocimiento que debería ayudar a cambiar las cosas”. Miró destaca que “este no es un problema solo en España, es una situación que se repite en todos los países. Bien es verdad que algunos nos llevan mucha delantera procurando resolver



©GettyImages

¿Cómo darnos cuenta de que nuestro hijo padece dolor crónico?

Sobre todo en edades muy tempranas, no es fácil expresar que se siente dolor ni cuánto y probablemente sea aún más difícil en aquellos casos en los que esa sensación es continua, está presente en todo momento. ¿Cómo averiguar qué es lo que les pasa cuando no saben contárnoslo? **“Los niños siempre encuentran la forma de expresarse, por lo que debemos estar atentos a su forma, acaso peculiar, de**

comunicación”. Así lo hacen “los niños en edad preverbal y también en jóvenes con problemas de expresión verbal”; en uno y otro caso, “debemos estar atentos a cambios en su rutina, sea de sueño, de juego, incluso en su estado de ánimo”.

“Estos cambios, si no obedecen a problemas claramente identificables, deben llamar nuestra atención, pues pueden estar señalando la existencia de dolor”, apunta el doctor. “Esta primera señal de alarma debe motivar la consulta a un especialista. Esta persona es la que nos debe ayudar”. Llegado a este punto, el **experto en dolor infantil** hace una consideración reseñable: “quisiera señalar que las veces en las que me he encontrado con un niño que se queja de dolor buscando la atención de los adultos son escasas. Y aun en tales casos, nos debe preocupar por qué ese niño o niña recurre a ello”.

Recomienda que, “si el dolor persiste más de lo que cabría esperar, es muy importante **buscar la ayuda de profesionales expertos en el manejo del dolor (crónico) infantil**”. Dado que, como él mismo reconoce, no son muchos esos profesionales, se ofrece a ayudar a quien lo necesite: “desde la Cátedra de Dolor Infantil URV-FG estaremos encantados de ayudar a buscar alternativas, sea desde el programa de tratamiento gratuito que tenemos en el **Hospital Universitario Sant Joan de Reus**, o ayudando a localizar un profesional próximo al área de residencia de la familia”.