

Dolor

José Woldenberg

Arnoldo Kraus es un médico singular. Preocupado por el sentido profundo de su profesión, por las relaciones entre médicos y pacientes, reflexiona sobre un tema que tiene demasiadas caras: el dolor. Si alguna profesión está en contacto permanente con el dolor, esa es la de los médicos. Pero uno puede encontrarse frente a un fenómeno y vivirlo de manera inercial. Arnoldo Kraus es médico, ha vivido de cerca el dolor, sabe de lo que escribe, y se ha dado a la tarea de leer y reflexionar en relación a tan potente tema. Sabe, por ejemplo, que las relaciones entre enfermos y galenos pueden ser —aunque no deben ser— maquinales, y busca que se vuelvan cálidas, cercanas, comprometidas. El dolor, en el libro, paulatinamente se va desdoblado para abarcar no sólo el físico, sino también el anímico e incluso el social. (Sobre este último tengo demasiadas dudas. No creo que el mejor lente para asomarse a fenómenos como la pobreza, la desigualdad, la discriminación, sea este. Se trata de realidades que laceran, que deben ser revertidas, pero que demandan algo más que acompañamiento y comprensión).

El texto navega por diferentes rumbos, puede incluso ser en algunas partes reiterativo, pero en ningún momento deja de ser sugerente porque apunta con pulso afinado a las muy distintas dimensiones del dolor. El libro fluye por diversas veredas, ni siquiera es fruto de un método acabado, pero arroja luz sobre el espinoso asunto porque hay en él una sensibilidad especial: empática y preocupada por el dolor que, a querer o no, modela las relaciones sociales.

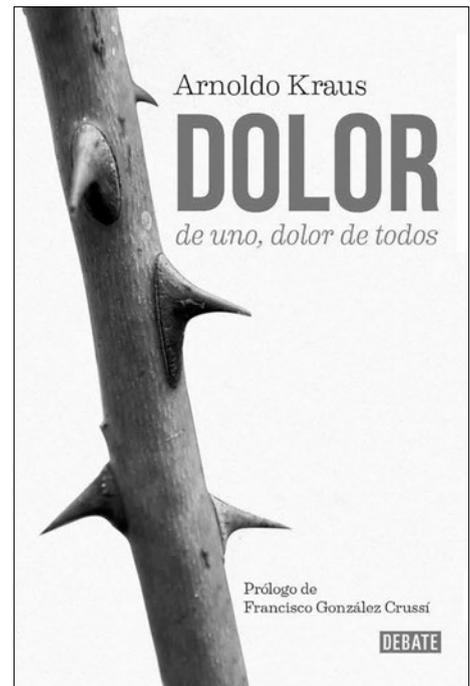
“El dolor corporal o anímico juega un papel fundamental en la arquitectura de las personas”, escribe Kraus. Y, en efecto, “su contraparte, la salud, el silencio del

cuerpo, mientras existe, protege; al romperse, llega el desorden”. Ese paso de la salud a la enfermedad, del “silencio del cuerpo” al dolor, modifica la vida y las relaciones. Lo mismo sucede en la dimensión espiritual o anímica: del amor al desamor, de la placidez al desasosiego, de la vida en común al duelo, algo se quiebra y genera dolor. Y el dolor tiene su propio lenguaje, haciendo, de la misma persona, otra. “El cuerpo fragmentado y la realidad modificada por la enfermedad, casi siempre cruda, humillan. Los *yo*es deteriorados tienen que aprender a observar desde otros ángulos”.

Y “aunque el dolor es una experiencia universal... las respuestas individuales y culturales varían mucho”. No hay una sola forma de vivir y asimilar el dolor, como no existe una respuesta social homogénea ante él. En todos los casos el dolor modifica “la normalidad de la vida”, pero no hay una receta universal para hacerle frente.

El dolor supone una crisis, en diferentes medidas y magnitudes, pero una crisis al fin y al cabo. El dolor nos coloca ante la “vulnerabilidad y finitud” de la existencia. Y sus repercusiones son múltiples y variadas: desde la humildad hasta los intentos por rebelarse contra ese mal. Pero de lo que no hay duda es que dolor y sufrimiento van juntos y, como decía san Agustín: “es malo sufrir, pero es bueno haber sufrido”. Porque en presente, el dolor y el sufrimiento son una agresión, una acometida (incluso una humillación), pero en pasado pueden convertirse en una escuela de vida.

El dolor —digo yo— es la sombra que acompaña a la vida. Y al contagiar “desasosiego y temor”, genera, como dice Kraus, su propio lenguaje. El autor transcribe dichos, expresiones y reflexiones de enfer-



mos y literatos, y ese concierto desafinado de voces da cuenta de las muy diversas formas de vivir y asimilar el dolor. Lo que es siempre cierto es que el dolor es el antónimo que nos ayuda a evaluar y comprender estados de ánimo como la alegría, la felicidad o por lo menos la tranquilidad, el sosiego, la calma.

El dolor ayuda a reevaluar la vida previa; es catalizador de conductas; nos centra; nos ubica, al recordarnos que no somos invulnerables; es un interruptor de eso que llamamos normalidad y un pasadizo intransferible para descubrirnos (aunque sea a un alto costo). Lo cierto es que el dolor siembra incertidumbre y por eso vale la pena conocerlo, pensar en él, estudiarlo, y de ser posible asimilarlo. Kraus nos dice que “en la medicina moderna el dolor no se atiende como es debido: el modelo médico se inclina por resolver la enfermedad y delega a un segundo plano a la persona”. Y no es un mero juego de palabras: estamos obligados a comprender que hay personas enfermas, no enfermedades que pueden ser tratadas como si no estuvieran encarnadas en un ser humano.

El dolor, los dolores tienen diferentes intensidad y duración. Y ello nunca es una cuestión menor. Pasajero o permanente, leve o intenso, son indicadores de la magnitud y profundidad de los dolores. Y hay que distinguir, nos alerta Kraus, los que provienen del cuerpo y los que se desatan

por nuestro contacto con “el mundo exterior”: tenemos, pues, dolores físicos y “dolores del alma”.

Porque estamos rodeados de dolor habría que tratar de amortiguarlo, parece ser una de las iniciativas del libro de Kraus. Porque el dolor incluso tiene usos múltiples —sirve para remodelar la personalidad, es vía de comunicación y puede convertirse en chantaje o en una muleta o en una máscara o en un puente con el mundo o en una fórmula de relación o en un imán para atraer la atención—, debemos intentar fórmulas comprensivas para tratar con él. Vale la pena subrayar que el dolor anímico normalmente nos lo infringimos los unos a los otros y que incluso, en el extremo, puede conducir al suicidio.

Kraus se detiene, y con razón, a observar cómo el dolor (físico o/y anímico) puede conducir al aislamiento, al sufrimiento sin fin, a la desesperación o a la elección de morir. Esta última se contempla —por el doliente— como la única fórmula viable para derrotar al dolor que se vuelve invasivo, insoportable y humillante. El dolor como una pesadilla que se apodera de la existencia toda. En ese marco, repensar la eutanasia y el suicidio asistido (digo yo) es una necesidad impuesta por la frágil y compleja condición humana.

Acompañar al doliente, nos dice Kraus, debería ser misión de vida. No sólo por sus efectos terapéuticos, sino porque la empatía, el cuidado, la compasión hacia los enfermos, es quizá lo fundamental para mitigar el dolor. Recomendaciones que debería tomar en cuenta, en primer lugar, el personal médico, que ahora prefiere “la ecuanimidad sobre la empatía, el auge de la tecnología sobre las personas”. “Escuchar, tocar, mirar, conocer, acompañar” deberían ser los verbos connaturales a la profesión diseñada para atender y arropar a los enfermos. Pero, a decir de Kraus, esas son las “fórmulas” que se vienen desvirtuando en la práctica cotidiana. La velocidad, la frialdad, la hiperespecialización, las cargas de trabajo —digo yo— conforman médicos automáticos que guardan una distancia infranqueable para el paciente.

El médico es una autoridad y los enfermos quieren verlo como tal, nos dice el libro. Pero una cosa es ser autoridad y

otra, muy distinta, autoritario. La primera es necesaria y legítima, la segunda es abuso y exceso. Por ello, el autor introduce un tema, al parecer relegado: el de la ética médica, el de la responsabilidad del galeno y la relación médico-paciente. Se trata de lograr que el médico se pregunte: ¿quién es el enfermo?, ¿qué vida hay detrás del diagnóstico y cuáles son sus necesidades? Porque suele suceder que los médicos saben mucho de la enfermedad “y poco o nada sobre la biografía del enfermo”, lo que se convierte en una barrera para construir una buena relación entre ambos.

Hay además —nos recuerda Kraus— dolores rituales, iniciáticos, protocolos sociales para acceder a la adultez; también dolores producidos por el ansia de dominio, de poder (la tortura, por ejemplo). E ilustra con algunas de las mayores paradojas sangrientas de los años recientes: los experimentos de los médicos nazis, los “médicos torturadores” de Abu Ghraib... Se trata no sólo de los extremos de sevicia a los que puede llegar el ser humano, sino de la distorsión radical y completa de la misión y vocación médicas.

Y nos recuerda también que el dolor es necesario en diferentes disciplinas. Los deportistas, las bailarinas, ciertas actividades circenses requieren de un entrenamiento intensivo que genera dolor (“calambres, contracturas, ampollas, rupturas de ligamentos”). Es, al parecer, un requisito iniciático para figurar en la disciplina. Es un pago para eventualmente destacar; es la puerta de entrada al “éxito”. En estos casos el dolor no necesariamente implica sufrimiento. Es un dolor que construye, que posibilita ejercer un oficio, una profesión.

Hay incluso lo que se llama “resiliencia al dolor”, es decir, la capacidad de hacer de algo malo, algo bueno: transformar experiencias dolorosas en fórmulas positivas. La facultad de transitar por el dolor para salir fortalecido. Kraus devela diversos ejemplos en los cuales los dolientes “renacen”, “están dispuestos a dialogar con otros enfermos”, hacen de la necesidad, virtud.

Capítulo especialmente duro es el que se refiere a las autolesiones, los autocastigos, al dolor que las personas se producen a sí mismas. Los nutrientes de esas con-

ductas son diversos, pero la soledad aparece como una causa no menor, que incita a autolesionarse para llamar la atención, para “sentir que se vive”. Esas víctimas de la soledad, sobra decirlo, buscan “compañía, compasión, escucha”.

El dolor puede ser también acicate para la creación. Los ejemplos de escritores y pintores que hicieron de sus padecimientos combustibles para sus obras abundan en el libro. Esa actividad en ocasiones se convierte en un bálsamo, en una fuente de placer, de creación, de trascendencia.

Arnoldo Kraus ilustra también cómo la enfermedad —o las pseudoenfermedades— pueden desatar estigmatización, humillaciones. Homosexuales —quienes de ninguna manera por serlo tienen una enfermedad—, víctimas de escleroderma (deformación de la cara) o incluso de artritis reumatoide, han sido en diferentes momentos víctimas de *bullying*; esta sí una auténtica enfermedad social.

Al final de cuentas, toda vida es fugaz. Y existen altas probabilidades de que el capítulo anterior a la muerte se viva con desgaste, enfermedad, sufrimiento y dolor. Largas agonías plagadas de penalidad. Sándor Márai escribió: “No tengo planes de suicidio, pero si el envejecimiento, la debilitación, la pérdida de mis capacidades avanzan al mismo ritmo, es bueno saber que podré acabar con ese humillante deterioro en cualquier momento, y no tendré que temer lo peor: terminar en uno de esos vertederos institucionales, en un hospital o una residencia para ancianos. Sin embargo, hay que tener suerte incluso para eso, porque la apoplejía puede impedir la huida”. Un poco después se suicidó. No quiso cumplir con el destino por él mismo dibujado.

En suma, el libro de Arnoldo Kraus abre una serie de puertas para acercarnos a una dimensión que nos acompaña y modela. Es inútil tratar de evadirla. De una u otra manera aparecerá en nosotros o en quienes nos rodean. Afrontarla, pensarla, elaborarla, vale la pena. Y el texto de Kraus ayuda, y mucho. **U**

Arnoldo Kraus, *Dolor de uno, dolor de todos*, prólogo de Francisco González Crussí, Debate, México, 2015, 193 pp.