

# Irutza!

## Behatokia

por Enrique Zuazua

## ¿Dolor o sufrimiento?



Una sociedad democrática y progresista debe hacer de la lucha contra el dolor y el sufrimiento de sus ciudadanos uno de sus objetivos prioritarios, pero no solo en lo que respecta a los sistemas de salud convencionales

**T**ODO animal, por estar dotado de sistema nervioso, experimenta dolor, ya sea derivado de una lesión física o por la elevada tensión producida por las situaciones de fuerte peligro, amenaza o estrés. En el caso del humano, cuando el dolor se apodera de nuestro cuerpo, la mente inteligente, que nos permite en ciertas circunstancias favorables desplegar todo nuestro potencial, lejos de ayudar a mitigarlo actúa de caja de resonancia transformando la posible duración del proceso, su eventual agudización, nuestros umbrales de resistencia, los riesgos que pueda acabar entrañando para la propia preservación de la vida, el acecho de la muerte, la limitación que pueda suponer a la hora de hacer frente a las responsabilidades previamente asumidas o las consecuencias que todo ello pueda acarrear en los seres queridos.

Espresos que la religión budista insiste en que, si bien el dolor es inevitable, propio de la condición de seres vivos, el sufrimiento puede ser evitado si se consigue desactivar el gran altavoz de la mente. Para ello propone prácticas basadas en la relajación y la meditación que exigen gran disciplina y perseverancia. La tradición cristiana también hace del sufrimiento uno de sus objetivos a combatir y

ofrece la oración como remedio, más como mecanismo de cortocircuito de la mente que como apelación al improbable milagro. Pero no es fácil, no, desactivar la función autónoma de nuestro cerebro, acostumbrados como estamos a permitirle que pilote nuestras vidas en una actividad constante de la que, en gran medida, ni siquiera somos conscientes. Y es por eso que uno de los ámbitos de mayores esfuerzos y éxitos de la ciencia, y en particular de la medicina, ha sido el de la comprensión de los mecanismos generadores del dolor y el desarrollo de remedios para cortocircuitarlos.

El éxito de la investigación en este campo ha sido rotundo. Hoy en día es sorprendente hasta qué punto fármacos de fácil acceso permiten eliminar casi al instante los síntomas de dolor más habituales y también los más agudos. La eliminación o disminución del dolor corta el paso al sufrimiento, haciendo nuestra vida más llevadera, y constituye uno de los grandes avances de nuestra civilización.

A pesar de todo ello, aún hoy el porcentaje de la población mundial que sufre se mantiene excesivamente elevado, resistiéndose a decrecer. Y es que, mientras los avances de la medicina y la farmacia continúan, las crisis económicas, las catástrofes naturales, las injusticias y los conflictos bélicos no son solo fuertes inagotables de dolor y sufrimiento, sino que además impiden a amplios sectores de la población el acceso a los remedios. Incluso en Europa, acostumbrados como estábamos a que el Estado asegurase generalmente una atención médica muy generalizada, algunas políticas han debido ser revisadas a la baja ante la ausencia de recursos financieros suficientes.

Por otra parte, por increíble que parezca, en países tan avanzados como Estados Unidos, líder mundial en muchos ámbitos, la presente administración ha tenido que hacer ingentes esfuerzos para poder dotar al país de un sistema medianamente público y universal de salud.

Así, sobre la superficie del planeta, se dibuja una frontera ondulatoria y variable en la lucha contra el dolor. Y allí donde el dolor es más intenso reina el sufrimiento.

El verano, más propicio para el placer, la relajación y el descanso que para el dolor y el sufrimiento, es también un periodo en el que nos podemos entretenernos observando aspectos de la actualidad –en los que no reparamos durante el curso– y resulta que

esta se encuentra repleta de episodios de dolor y sufrimiento.

Este verano la prensa daba fe de diversos casos en los que intrépidos jóvenes perdían la vida en accidentes deportivos de montaña o puenting. Más allá del dolor que estas desgracias han debido acarrear en las propias víctimas, en ese tapso que separa el desliz de la muerte definitiva, es difícil no intuir la extensa sombra de sufrimiento que estas tragedias han dejado en sus familias para siempre.

El verano también trajo la noticia de nuevos casos de crímenes pasionales y de partidarios atroces, generadores de un sufrimiento infernal, infinito. Tampoco han faltado brutales atentados que nacen de la radicalidad. Difícil seguir la recomendación de Buda en esas circunstancias.

Podrían dar testimonio de ello los familiares del vuelo 370 de Malaysia Airlines desaparecido en el océano Índico hace más de un año sin dejar rastro y sobre el que se especulaba, al haberse encontrado posibles restos de la aeronave en la isla de la Reunión. También podrían hacerlo los del vuelo deliberadamente por su piloto en los Alpes en el trayecto entre Barcelona y Düsseldorf. Hay, sin embargo, muchos que viven el dolor en circunstancias menos escandalosas que además impiden a amplios sectores de la población el acceso a los remedios.

Incluso en Europa, acostumbrados como estábamos a que el Estado asegurase generalmente una atención médica muy generalizada, algunas políticas han debido ser revisadas a la baja ante la ausencia de recursos financieros suficientes.

Por otra parte, por increíble que parezca, en países tan avanzados como Estados Unidos, líder mundial en muchos ámbitos, la presente administración ha tenido que hacer ingentes esfuerzos para poder dotar al país de un sistema medianamente público y universal de salud.

Así, sobre la superficie del planeta, se dibuja una frontera ondulatoria y variable en la lucha contra el dolor. Y allí donde el dolor es más intenso reina el sufrimiento.

El verano, más propicio para el placer, la relajación y el descanso que para el dolor y el sufrimiento, es también un periodo en el que nos podemos entretenernos observando aspectos de la actualidad –en los que no reparamos durante el curso– y resulta que

sus familias y en los que pocas veces reparemos suficientemente.

Es por eso que una sociedad democrática y progresista que se precie debe hacer de la lucha contra el dolor y el sufrimiento de sus ciudadanos uno de sus objetivos prioritarios, pero no solo en lo que respecta a los sistemas de salud convencionales, sino en todos los aspectos de la administración pública que regulan nuestras vidas. Una legislación más fina es posible aunque, inevitablemente, siempre será insuficiente para atajar la malevolencia deliberante humana.

La pedagogía resulta, pues, indispensable. Nuestro sistema educativo es un excelente ámbito para formar en esa materia, enseñando que el sufrimiento puede ser amortiguado si somos mejores dueños de nuestra mente y nos ejercitamos en la difícil tarea de cortar la corriente a nuestro motor mental cuando se pasa de revoluciones. Lo es también para aleccionar sobre la importancia del rigor en la administración de una justicia universal. Una legislación más fina es posible aunque, inevitablemente, siempre será insuficiente para atajar la malevolencia deliberante humana.

Tenemos en este ámbito una ardua labor pendiente. La presente legislatura está siendo un buen ejemplo de lo infinitamente fino que hay que hilar para perforar la capa de sufrimiento que nuestro reciente pasado sufre. La pedagogía resulta, pues, indispensable. Nuestro sistema educativo es un excelente ámbito para formar en esa materia, enseñando que el sufrimiento puede ser amortiguado si somos mejores dueños de nuestra mente y nos ejercitamos en la difícil tarea de cortar la corriente a nuestro motor mental cuando se pasa de revoluciones. Lo es también para aleccionar sobre la importancia del rigor en la administración de una justicia universal. Una legislación más fina es posible aunque, inevitablemente, siempre será insuficiente para atajar la malevolencia deliberante humana.

Tenemos en este ámbito una ardua labor pendiente. La presente legislatura está siendo un buen ejemplo de lo infinitamente fino que hay que hilar para perforar la capa de sufrimiento que nuestro reciente pasado sufre. La pedagogía resulta, pues, indispensable. Nuestro sistema educativo es un excelente ámbito para formar en esa materia, enseñando que el sufrimiento puede ser amortiguado si somos mejores dueños de nuestra mente y nos ejercitamos en la difícil tarea de cortar la corriente a nuestro motor mental cuando se pasa de revoluciones. Lo es también para aleccionar sobre la importancia del rigor en la administración de una justicia universal. Una legislación más fina es posible aunque, inevitablemente, siempre será insuficiente para atajar la malevolencia deliberante humana.

La pedagogía resulta, pues, indispensable. Nuestro sistema educativo es un excelente ámbito para formar en esa materia, enseñando que el sufrimiento puede ser amortiguado si somos mejores dueños de nuestra mente y nos ejercitamos en la difícil tarea de cortar la corriente a nuestro motor mental cuando se pasa de revoluciones. Lo es también para aleccionar sobre la importancia del rigor en la administración de una justicia universal. Una legislación más fina es posible aunque, inevitablemente, siempre será insuficiente para atajar la malevolencia deliberante humana.

Tenemos en este ámbito una ardua labor pendiente. La presente legislatura está siendo un buen ejemplo de lo infinitamente fino que hay que hilar para perforar la capa de sufrimiento que nuestro reciente pasado sufre. La pedagogía resulta, pues, indispensable. Nuestro sistema educativo es un excelente ámbito para formar en esa materia, enseñando que el sufrimiento puede ser amortiguado si somos mejores dueños de nuestra mente y nos ejercitamos en la difícil tarea de cortar la corriente a nuestro motor mental cuando se pasa de revoluciones. Lo es también para aleccionar sobre la importancia del rigor en la administración de una justicia universal. Una legislación más fina es posible aunque, inevitablemente, siempre será insuficiente para atajar la malevolencia deliberante humana.



**Albia**  
servicios funerarios

Nuestra Señora  
de Begoña

900 24 24 20

A tu lado.  
Para tu tranquilidad.

[www.albia.es](http://www.albia.es)

Bilbao, Tellería, 72 ..... Tel: 94 445 35 58  
Durangaldea, Pol. Padureta, UAI, 3 ..... Tel: 94 620 40 81  
Zornotza, Pol. Biarritz, z/g ..... Tel: 94 630 19 44  
Ermua ..... Tel: 94 317 69 84

Zumalakarregi, Santiago Auzoa, 26 ..... Tel: 94 386 15 56  
Mutrikua, San Agustín, 15 ..... Tel: 94 360 47 78  
Eibar, Txalaka, Zelai, 4-6 ..... Tel: 94 320 10 95  
Donostia, María Dolores Aguirre, 96 ..... Tel: 94 332 26 33