

Controlar el dolor con la enfermedad de células falciformes

Las personas con enfermedad de células falciformes (ECF) pueden experimentar el dolor de diferentes maneras. Las células falciformes que dan nombre a la enfermedad pueden provocar dolor en todo el cuerpo y daños graves en órganos como el corazón y los riñones. Si padece de ECF, acuda regularmente a su equipo médico para prevenir dolores, complicaciones y problemas graves. Trabaje con su equipo médico para crear un plan de tratamiento del dolor que tenga sentido para usted.

Tipos comunes de dolor

- **Una crisis de dolor agudo o intenso** puede producirse sin advertencia cuando las células falciformes bloquean el flujo sanguíneo. La gente describe este dolor como agudo, intenso, punzante o pulsante.
- **El dolor por daño en los órganos** puede producirse cuando las células falciformes afectan al corazón, los riñones, el bazo u otras partes del cuerpo.
- **El dolor crónico o de larga duración** también es frecuente, pero puede ser difícil de describir. Por lo general, es diferente que el dolor de crisis o del que se produce por el daño a un órgano.
- Se pueden desarrollar **problemas y dolores articulares** si se produce una reducción del flujo de oxígeno a causa de las células falciformes. Esto puede ocurrir en los huesos de la cadera y, con menor frecuencia, en las articulaciones de los hombros, las rodillas y los tobillos.
- El **priapismo** es una erección no deseada dolorosa y a veces prolongada. Esto ocurre cuando el flujo sanguíneo que sale del pene erecto se ve bloqueado por células falciformes.

Consejos para controlar el dolor

- La mayoría de los pacientes pueden sentir cuando una crisis aguda está empezando. Beba mucho líquido y tome un analgésico antiinflamatorio no esteroideo (AINE), como el ibuprofeno. Si tiene problemas renales, suele ser preferible el paracetamol.
- Si no puede controlar el dolor en casa, acuda a un hospital de día, a una unidad ambulatoria o a un servicio de urgencias para recibir medicamentos adicionales más fuertes y líquidos intravenosos. Su equipo médico puede recetarle medicamentos más fuertes llamados opioides para el dolor intenso.
- En caso de priapismo, busque atención médica inmediatamente si los síntomas duran más de cuatro horas o si ocurre más de una vez en un periodo de 24 horas.
- Conserve una copia de su plan de control del dolor (impresa o electrónica) cuando acuda a urgencias.



“Si siento dolor en uno o dos días y no hago algo al respecto, estaré en plena crisis falciforme.”

Ese barómetro interno ha ayudado a Ebow H-Smith, profesional médico y defensor de los pacientes de la enfermedad de células falciformes, a controlar el dolor en la edad adulta.



National Heart, Lung,
and Blood Institute

Blood Diseases
& Disorders
Education Program

sicklecell.nhlbi.nih.gov (en inglés)

Controlar el dolor con la enfermedad de células falciformes

Consejos para controlar el dolor (*Continuación*)

- Otros métodos para controlar el dolor son la fisioterapia, la acupuntura, el uso de una almohadilla térmica, los masajes, el yoga o la relajación audiovisual guiada.
- Hable con su equipo médico sobre cuándo buscar [atención de urgencia](#).

Prevenga problemas a lo largo de su vida o la de su hijo

- **Evite situaciones que puedan desencadenar una crisis.** El calor o el frío extremos, así como los cambios bruscos de temperatura, suelen ser factores desencadenantes. Cuando vaya a nadar, entre en el agua con calma en vez de saltar directamente.
- **No viaje en una cabina de avión que no esté presurizada.**
- **Si experimenta priapismo,** es posible que pueda aliviar los síntomas haciendo ejercicio ligero, dándose un baño o una ducha caliente, vaciando la vejiga al orinar, bebiendo más líquidos y tomando los medicamentos que le recomiende su médico.
- **Si su hijo asiste a una guardería, al preescolar o a la escuela, hable con su maestro sobre la enfermedad.** Los maestros deben saber a qué síntomas estar atentos y cómo atender a su hijo.
- **Pregunte a su equipo médico sobre los medicamentos que pueden controlar la ECF y ayudar a reducir el riesgo de crisis de dolor.**



Preguntas que debe hacer a su equipo médico sobre los tratamientos

- ¿Qué tratamientos son los mejores para mí?
- ¿Cómo se administra este tratamiento?
- ¿Con qué frecuencia necesito este tratamiento?
- ¿Cuáles son los efectos secundarios?

Con la ayuda de su equipo médico, puede crear un plan para controlar su dolor y prevenir problemas graves. Más información en sicklecell.nhlbi.nih.gov (en inglés)