

Imaginario colectivo

Misterios de dolor

The mysteries of pain

Y Dios dijo a Eva: «Parirás con dolor»
(Génesis, capítulo 3, versículo 16)

Imaginario colectivo, dolores privados. Sanidad pública, sanidad privada. Siglo XXI, dolor lumbar crónico. Dolor.

- El dolor, ¿le irradia hacia la pierna?
- No, no me irradia hacia la pierna.

Traumatología, reumatología, fisioterapia, neurocirugía, masaje ayurvédico, digitopuntura, acupuntura, masaje shiatsu, rehabilitación, restauración bioenergética, reiki, naturopatía, homeopatía, reflexología, respiración profunda, relajación muscular progresiva, meditación, visualización, jin shin jyutsu, rolfing, estirar, andar, nadar, reposar (moderadamente), fortalecer la musculatura, mantener una dieta antiinflamatoria.

Osteópatas «normales», osteópatas «mareas profundas», quiroprácticos, entrenadores personales, pilates, chi kung, yoga (a secas), hatha yoga, kundalini yoga, danzaterapia, tai-chi, antigimnasia, fitoterapia, ozonoterapia, higiene postural, hidroterapia, aromaterapia, musicoterapia, equilibrar chakras, feng shui, regresiones, palpaciones, constelaciones familiares, tarot, carta astral, videncia.

Ibuprofeno, paracetamol, ácido acetilsalicílico, metocarbamol magnésico, metamizol, dexketoprofeno, omeprazol, amitriptilina, ciclobenzaprina, tetrazepam, más omeprazol, hidrocloreuro de tramadol, sulfato de glucosamina, condroitín sulfato, calcitonina, árnica, flores de Bach, oligoelementos, hierbas chinas, infusiones.

Salas de espera. Resonancias magnéticas, radiografías, análisis. Ortopedias. Fajas, cintas autoadhesivas, plantillas, zapatos "masai", almohadillas eléctricas, crioterapia, unidades del dolor, mesa de descompresión vertebral, neuroreflejo terapia, bloqueos epidurales, artrodesis, rizólisis, implantes dinámicos. Quirófanos.

Sufrir, pensar en lo feliz que he sido, escribir, reestructurar pensamientos, dormir, cantar (en la intimidad), beber (alcohol), comer (viandas especialmente sabrosas), reír, leer relatos cortos, leer

a Carlos Boyero y a Enric González, ver y oír (una y otra vez) el gol de Iniesta al Chelsea, escuchar a Lila Downs, a Rosendo, a 6 Rachid Tahá y el *Brillante* de Eliseo Parra, ver capítulos (nuevos y antiguos) de *Los Simpson* y de *Padre de familia*. Impartir clases, dar conferencias.

Hablar con amigas y con amigos, besar, abrazar. Querer y dejarme querer. Pensar en mi hijo, estar con mi hijo, hablar con mi hermana. Mirar las fotos y las pinturas de Frida Khalo, y pensar en sus dolores, en sus intervenciones, en sus prótesis. Pensar y leer sobre la fibromialgia y sobre el síndrome de fatiga crónica. Viajar menos. Mirar más. Dosificar, dosificarme. Intentar moverme con más sosiego, con más calma. Más suavemente.

Reflexionar, leer y escribir sobre el suicidio, pensar en un título y un subtítulo para un futuro libro sobre el suicidio. Y escribir este artículo.

Intentar volver, una y otra vez, al aquí y al ahora. Y sobrevivir segundo a segundo. Repetir mantras (ortodoxos, heterodoxos, orientales, occidentales), rogar a Dios, rogar a los dioses. Clamar al cielo, chillar, callar, llorar. Culpar, culparme. Y pensar que, paradójicamente, me siento bastante feliz, bastante en paz, bastante tranquilo. En este soportable e inestable presente.

Un mes, dos meses. Un año, dos años. Dos años y un mes. Dos años y dos meses. Dos años, dos meses y siete días.

Gratis, veinticinco, cien, cuatrocientos, mil doscientos, dos mil trescientos, doce mil... euros.

- La salud no tiene precio.
- Claro.

Sanidad pública, sanidad privada. Siglo XXI. Dolor lumbar crónico. Dolor. Imaginario colectivo, dolores privados, íntimos, personales, intransferibles.

José Luis Bimbela Pedrola
Escuela Andaluza de Salud Pública, Granada, España
Correo electrónico: joseluis.bimbela.easp@juntadeandalucia.es