

Tras la cirugía, un masaje en la espalda

ElMundo.es (por Isabel Espiño)

martes, 18 de diciembre de 2007

Un masaje en la espalda cada noche. Una medida tan simple, combinada con los calmantes durante los días posteriores a una intervención quirúrgica, reduce los niveles de dolor posoperatorio y de ansiedad. Así lo acaba de constatar un estudio en más de 600 pacientes.

Mucha gente sufre dolor tras una intervención quirúrgica, pese a los tratamientos opiáceos. "Las intervenciones farmacológicas pueden no responder eficazmente a todos los factores implicados en la experiencia consciente del dolor", aclaran los autores de la investigación, publicada en el último número de ['Archives of Surgery'](#).

"Es hora de reincorporar el empleo de un enfoque eficaz y poco peligroso para aliviar el dolor del paciente", dicen estos defensores del masaje. "A medida que los sistemas sanitarios se han hecho más complejos y han aumentado las exigencias administrativas del tiempo de las enfermeras, la tradición de los masajes administrados por estas profesionales se ha perdido", lamentan.

El estudio

Paradójicamente, hasta el momento sólo dos pequeños ensayos habían evaluado la utilidad de los masajes en el posoperatorio. "Este estudio es el mayor ensayo clínico sobre el masaje como terapia adyuvante [complementaria] para el dolor posoperatorio agudo", dicen los autores del nuevo trabajo, procedentes de departamentos de cirugía y anestesiología del hospital Veterans Affairs Ann Arbor Healthcare System (Michigan, EEUU) que decidieron evaluar las bondades de esta terapia.

Participaron en el estudio un total de 605 pacientes (varones con una media de 64 años) que iban a someterse a alguna intervención abdominal mayor o a una esternotomía (sección del esternón). Los voluntarios fueron divididos en tres grupos. Unos recibían todas las noches un masaje de 20 minutos en la espalda, otros, los cuidados habituales en estos casos y un tercer grupo recibía la visita de un masajista, aunque sin hacerle masaje (para evaluar el efecto de este tipo de apoyo emocional). Cada día, durante los cinco días posteriores a la intervención, se medía sus niveles de ansiedad y dolor y la cantidad de opiáceos que consumían.

El masaje resultaba analgésico tanto a corto como a largo plazo. "Quizás la observación más importante sean los efectos inmediatos del masaje sobre la intensidad del dolor, la incomodidad y la ansiedad", dicen los autores. Los tres factores se redujeron en mayor medida entre los pacientes que recibían masajes diarios.

Los efectos fueron especialmente acusados durante el día posterior a la intervención: los niveles de dolor de los que recibían el masaje disminuyeron 0,4 puntos más que los otros grupos, en una escala de dolor de 10. La cifra es considerable si se tiene en cuenta que, en el posoperatorio, a veces es necesaria una ampolla de morfina por vía parenteral (inyección en vena) para conseguir bajar un punto en esta escala. "Esto sugiere que el masaje puede ser un analgésico bastante potente en algunos pacientes", escriben los autores.

"El masaje puede aliviar el sufrimiento [que ocasiona el dolor] ayudando a aliviar la ansiedad, que tan eficazmente se une con el dolor para crear molestias", especulan los autores.

El masaje también conseguía efectos a largo plazo: durante los cuatro días posteriores a la intervención aceleró el ritmo al que se aliviaba el dolor y la incomodidad, lo que hace pensar a los autores que sus bondades pueden deberse también a otros mecanismos, como podría ser la liberación de endorfinas (sustancias analgésicas producidas por el propio organismo). Por el contrario, no hubo diferencias en el consumo de opiáceos, ni en la capacidad pulmonar ni en la tasa de complicaciones de los tres grupos.

"Hemos comprobado la viabilidad de incorporar el masaje a los cuidados posoperatorios rutinarios", concluyen los investigadores. "Con el entrenamiento adecuado, los profesionales sanitarios, sobre todo las enfermeras, pueden tener ahora una herramienta no farmacológica para tratar el dolor y ansiedad de sus pacientes", agregan.