

LAS PERSONAS MÁS RESILIENTES TIENDEN A ACEPTAR MEJOR EL DOLOR

Hombres y mujeres aceptan el dolor de forma similar

La resiliencia, la capacidad de las personas para sobreponerse a situaciones adversas, es la primera cualidad relacionada con el manejo adecuado del dolor y la adaptación del paciente a sentirlo de forma crónica. Así concluye un nuevo estudio realizado en la Universidad de Málaga, que muestra cómo el género no influye tanto como se pensaba en esta capacidad.

SINC

9/9/2014 09:15 CEST

Los resultados de este estudio señalan más semejanzas que diferencias entre ambos sexos en la aceptación del dolor. / Sinc

A lo largo de los años, diversos estudios clínicos han manifestado importantes diferencias de género en la susceptibilidad al dolor por enfermedad, efectividad a los analgésicos y recuperación tras la anestesia. Es más, dichos resultados han sido recogidos por el imaginario popular, y no es complicado escuchar que las mujeres toleran mejor el dolor que los hombres.

Sin embargo, un nuevo estudio liderado por investigadores de la Universidad de Málaga con el objetivo de analizar las diferencias entre hombres y mujeres en relación a su experiencia con el dolor crónico, acaba con esa hipótesis y revela que tales diferencias son mínimas.

Por el contrario, es la [resiliencia](#) de una persona –la capacidad para sobreponerse a situaciones adversas– la que determina la alta o baja

capacidad de aceptación del dolor, al verse relacionada con el conjunto de características que dotan al individuo de recursos para afrontar el sufrimiento crónico.

“Los pacientes que lo aceptan manifiestan percibir una menor intensidad de dolor, tienen un mayor nivel de actividad diaria y un mejor estado de ánimo”

En este trabajo, que cuenta con una muestra de 400 pacientes con dolor crónico espinal (190 hombres y 210 mujeres) atendidos en centros de atención primaria, los resultados señalan más semejanzas que diferencias entre ambos sexos.

“Las personas más resilientes tienden a aceptar su dolor, esto es, a entender que su dolencia es crónica y dejar de centrar sus esfuerzos en conseguir que el dolor desaparezca para volcar su energía en lograr una vida más satisfactoria, a pesar del dolor”, explica a Sinc Carmen Ramírez-Maestre, autora principal e investigadora de la institución andaluza.

“En este sentido”, continúa Ramírez-Maestre, “los pacientes que lo aceptan manifiestan percibir una menor intensidad de dolor, tienen un mayor nivel de actividad diaria y un mejor estado de ánimo”.

Miedo al dolor

Por otro lado, los datos del trabajo, publicado recientemente en la revista *The Journal of Pain*, mostraron que los pacientes con más miedo al dolor experimentan mayores niveles de ansiedad y depresión.

“No obstante, solo en la muestra de hombres dicho miedo se relaciona con una mayor intensidad de dolor, siendo esta la única diferencia encontrada en función del sexo del paciente”, concluye la autora.

Referencia bibliográfica:

Carmen Ramírez-Maestre, Rosa Esteve. "The role of sex/gender in the experience of pain. Resilience, fear and acceptance as central variables in the adjustment of men and women with chronic pain". *The Journal of Pain*.

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

RESILIENCIA | DOLOR | HOMBRES | MUJERES |

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)