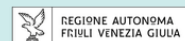




ARCS
Azienda Regionale
di Coordinamento
per la Salute



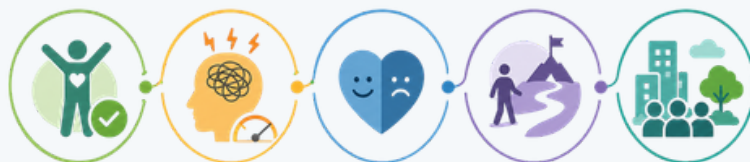
CHE COS'È IL DOLORE: DOLORE ACUTO E DOLORE CRONICO

Che cos'è il dolore

Il dolore è un'esperienza sensoriale ed emotiva spiacevole che può essere associata a un danno reale o potenziale dell'organismo. **Non si tratta soltanto di una risposta fisica a una lesione o a una malattia, ma di un'esperienza che coinvolge la persona nel suo complesso.**

La **percezione del dolore** può infatti essere influenzata da diversi fattori, tra cui:

- lo stato di salute generale
- i livelli di stress
- lo stato emotivo
- le esperienze personali pregresse
- il contesto sociale e ambientale



Per questo motivo, la stessa condizione può provocare sensazioni e livelli di dolore differenti da una persona all'altra. Comprendere questa complessità è importante per affrontare il dolore in modo efficace e individuare il trattamento più appropriato per ogni persona.

Il dolore acuto

Il dolore acuto **si manifesta generalmente in modo improvviso ed è spesso associato a eventi specifici**, come un trauma, un intervento chirurgico o una malattia. Nella maggior parte dei casi ha una **durata limitata nel tempo e si attenua gradualmente** man mano che l'organismo recupera e la causa che lo ha determinato viene trattata.

Il dolore acuto può essere considerato un vero e proprio **campanello d'allarme**. Grazie a questo segnale, il corpo ci avverte della presenza di una lesione o di una condizione che necessita di cura, spingendoci ad adottare comportamenti che favoriscono la guarigione ed evitano ulteriori danni. Ad esempio, il dolore che si prova dopo una distorsione induce a limitare il movimento della parte interessata, mentre quello causato dal contatto con una superficie molto calda porta ad allontanare immediatamente la mano dalla fonte di calore.

Il dolore acuto rappresenta quindi un importante **meccanismo di difesa dell'organismo**.

Nella maggior parte dei casi, il dolore acuto ha una durata limitata e tende a diminuire progressivamente man mano che la causa che lo ha provocato viene trattata o si risolve spontaneamente.

Le caratteristiche principali del dolore acuto sono:

- **comparsa improvvisa**
- **durata limitata nel tempo**
- **causa generalmente identificabile**
- **risoluzione con la guarigione del danno o della malattia**





Il dolore cronico: quando il dolore persiste nel tempo

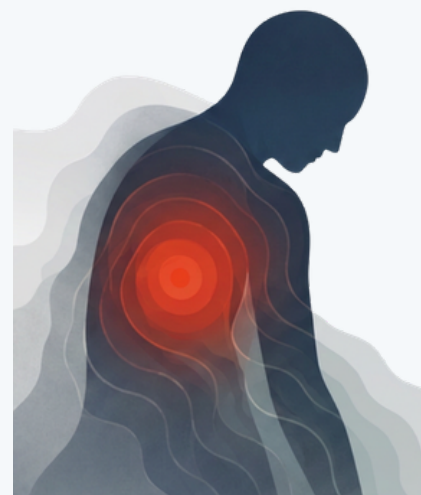
Si parla di dolore cronico **quando il dolore dura per più di tre mesi o continua anche quando la lesione o la malattia che lo aveva provocato sono state trattate.**

A differenza del dolore acuto, che tende a risolversi con il tempo, il dolore cronico può persistere a lungo e diventare una condizione che influisce sulla vita quotidiana.

Convivere con un dolore persistente può infatti rendere più difficili le attività di tutti i giorni, compromettere la qualità del sonno, limitare le relazioni sociali e avere un impatto sul benessere emotivo e psicologico della persona.

I sintomi del dolore cronico possono includere:

- **dolore persistente o ricorrente**
- **affaticamento**
- **disturbi del sonno**
- **riduzione delle attività quotidiane**
- **ansia e depressione**



Cause del dolore cronico

Il dolore cronico può avere diverse cause e, spesso, non dipende da un unico fattore.

✓ Patologie muscolo-scheletriche

Tra le più frequenti cause di dolore cronico vi sono:

- **artrosi**
- **artrite reumatoide**
- **lombalgia cronica**
- **cervicalgia**
- **fibromialgia**

✓ Dolore neuropatico

Il dolore neuropatico è causato da una lesione o da una disfunzione del sistema nervoso e può manifestarsi come bruciore, formicolio o sensazione di scossa elettrica.

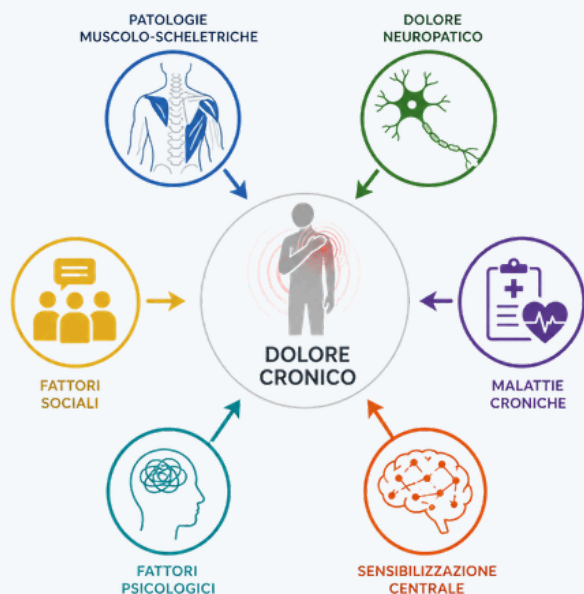
Tra le principali cause troviamo:

- **neuropatia diabetica**
- **nevralgia post-erpetica**
- **sciatalgia**
- **lesioni nervose traumatiche**

✓ Malattie croniche

Molte patologie croniche possono essere associate a dolore persistente, tra cui:

- **malattie oncologiche**
- **endometriosi**
- **malattie reumatologiche**
- **emicrania cronica**
- **malattie infiammatorie intestinali**





RETE DOLORE



ARCS
Azienda Regionale
di Coordinamento
per la Salute



✓ Sensibilizzazione centrale

In alcuni pazienti il sistema nervoso può diventare eccessivamente sensibile agli stimoli dolorosi. Questo fenomeno, noto come sensibilizzazione centrale, contribuisce al mantenimento del dolore cronico anche in assenza di un danno tissutale significativo.

✓ Fattori psicologici e sociali

Stress, ansia, depressione e condizioni sociali sfavorevoli possono influenzare la percezione del dolore e contribuire alla sua persistenza nel tempo.

Perché è importante la gestione del dolore?

Gestire il dolore in modo adeguato è fondamentale per migliorare il benessere e la qualità della vita delle persone che ne soffrono. Oggi esistono percorsi e trattamenti specifici che aiutano a prevenire, valutare e trattare le diverse forme di dolore.

Il controllo del dolore consente di:

- **migliorare la qualità della vita**
- **favorire il recupero funzionale**
- **facilitare i percorsi riabilitativi**
- **ridurre il rischio di disabilità**
- **prevenire la cronicizzazione del dolore**

Intervenire precocemente è particolarmente importante perché un dolore non adeguatamente trattato può favorire l'insorgenza di forme croniche più difficili da gestire.