

DISEÑO DE VESTUARIO PARA PACIENTES CON DOLOR CRÓNICO

Karen Daniela López Beltrán

Bogotá, D.C., 2022

Desde hace unos años, se ha venido manifestando un interés constante desde el Diseño de Moda hacia suplir necesidades de los usuarios generadas por su estado de salud. Es así como, al interior de la Facultad de Diseño, Comunicación y Bellas Artes de Areandina, se construyó un nuevo núcleo problémico de investigación dentro de la Línea de Diseño e Innovación llamado “Diseño y Biomímesis” que pretende trabajar el diseño y comunicación incluyente, apropiación de materiales y textiles inteligentes, incluyendo todo el espectro de usuarios para solucionar sus problemáticas específicas.

Este proyecto de grado buscó reconocer las necesidades en el vestuario de las personas con dolor crónico, analizar los inconvenientes que se les presentan con las prendas que se encuentran en el mercado, y a partir de un ejercicio de co-creación entender sus necesidades y requerimientos con el vestuario.

Para realizar una propuesta de diseño que aportará a su bienestar y confianza, se buscaron las teorías apropiadas desde el área de la salud que exponen los cambios físicos y emocionales que se presentan, teniendo un enfoque de investigación mixto en el que se empleó la encuesta como instrumento de recolección de datos. Las encuestas estuvieron dirigidas a pacientes con dolor crónico, familiares o cuidadores y profesionales del área de la salud, en donde se conocieron experiencias y diferentes perspectivas que tienen los encuestados acerca de dicha enfermedad. También se logró determinar las características que debe tener el vestuario para favorecer al bienestar del usuario.

Palabras clave: Dolor crónico, diseño incluyente, moda, vestuario, textiles inteligentes, comodidad, confort, practicidad, funcionalidad, visibilidad, estímulo, sin marquillas, ajustable, flexible, prendas anchas, sin pliegues, telas con caída, sin botones, sin alambres, textiles termosensibles.

El problema principal de la investigación se centró en la observación de las dificultades que presenta la población que sufre la enfermedad del dolor crónico y cómo esta condición afecta la calidad de vida del paciente, generando limitaciones de movilidad. De allí surgió la necesidad de diseñar prendas de vestir que aportaran a su comodidad y bienestar, a la vez que les ofrecieran piezas únicas y con estilo.

Se investigó acerca de las definiciones del dolor crónico y se encontró que, según la RAE (Real Academia Española), el dolor se define como aquella sensación molesta y aflictiva de alguna parte del cuerpo por causa interior o exterior; aunque la definición más aceptada es la de la Asociación Mundial para el Estudio del Dolor (IASP) la cual dice que el dolor es una experiencia emocional y sensorial desagradable, asociada con un daño tisular, real o potencial, o descrita en términos de dicho daño. (Timoneda, 1996, pág. 50). Existe otra definición del dolor realizada por John J. Bonica quien dice que el dolor crónico es una forma maléfica que impone al enfermo, a su familia y a la sociedad un grave estrés emocional, físico, económico y sociológico. Es decir, en el momento en el que el dolor deja de funcionar como señal y adquiere la característica de una afección autónoma, debe considerarse en sí misma como una enfermedad. (Moscoso, 2013, pág. 170)

La metodología de investigación empleada en el proyecto fue mixta, por lo tanto se formularon tres encuestas que fueron diligenciadas por pacientes con dolor crónico, familiares, cuidadores y profesionales del área de la salud; en las cuales se pudieron observar diferentes aspectos importantes de dicha enfermedad, la calidad de vida de las personas que la padecen y las

limitaciones que se pueden manifestar al realizar actividades de la vida cotidiana.

Lo anterior fue utilizado como herramienta para determinar los requerimientos del usuario final para plantear diferentes propuestas de diseño que contribuyan a las necesidades que surgen en los pacientes con dolor crónico y que están relacionadas con el vestuario y la calidad de vida.

Resultado de encuesta a pacientes

Se envió la encuesta a través de un formulario de Google a personas de diferentes países y se obtuvo la siguiente información: el 94,7% de pacientes que refieren tener dolor crónico corresponde al género femenino y el 5,3% al género masculino. Las personas encuestadas se encuentran en un rango de edad en el que el 57,9% tienen entre 30 a 40 años, el 26,3% tienen entre 20 a 30 años, el 10,5% tienen entre 50 a 60 años y el 5,3% es mayor de 60 años. También se preguntó en qué país se encuentran ubicados y el 10,5% contestó Argentina, el 5,3% Canadá, el 10,5% Ecuador, el 10,5% España, el 31,6% Colombia, el 5,3% México y el 26,3% Perú.

De otra parte, las enfermedades que manifestaron tener los pacientes con dolor crónico son: Fibromialgia, Artritis reumatoide, Artrosis, Artritis psoriásica eritematosa, Espondilitis Anquilosante, Ehlers Danlos, Espondiloartritis axial y periférica, Sjögren, Lupus eritematoso sistémico, Síndrome de Raynaud y Tobillo anquilosado.

Por otro lado, los pacientes definieron al dolor crónico como una enfermedad incapacitante y agotadora de difícil manejo con analgésicos; un dolor que es constante, se extiende y nunca desaparece, una sensación punzante, quemante, palpitante y eléctrica. También manifestaron que la definen como parte de su vida, una condición incomprendida y que solo la entiende quien la vive; también limita la vida cotidiana ya que se siente frustración y pérdida de control del cuerpo.

Se preguntó además si consideraban al dolor crónico como una enfermedad invisible y el resultado que más se destacó fue **SI**, por lo general hay una enfermedad de base que es de difícil diagnóstico por lo que desencadena en dolor crónico. Otras personas dijeron que no se ve y que para los demás el dolor se va con solo tomar una pastilla, mientras que para los pacientes es una sensación de nunca acabar.

Quienes padecen de dolor crónico explican que aparentemente se encuentran bien físicamente, pero la circunstancia no es visible a los ojos de otras personas. Explicaron que presentan dificultad a la hora de realizar actividades cotidianas debido a que en ocasiones tienen la movilidad reducida. Les cuesta peinarse sin ayuda, extender ropa, subir y bajar escaleras, agacharse, barrer, trapear, vestirse, levantarse de la cama y bañarse se convierte en un reto diario, tienen dificultad para dormir, escribir, concentrarse por falta de memoria a corto y mediano plazo, caminar, correr, saltar, duele masticar la comida y levantar objetos, aunque sean livianos.

Por otra parte, se les preguntó si consideran que ha sido fácil encontrar vestuario que se adapte a su cuerpo y les ayude a disminuir la sensación de dolor. El resultado obtenido fue **NO** con un porcentaje de 57,9% y **SI** con un porcentaje de 42,1%. Los pacientes consideran que las prendas deben cumplir con ciertas características que aporten a la comodidad y disminución del dolor de acuerdo a cada enfermedad. Explicaron que es importante que la ropa no tenga marquilla, que sea ajustable y flexible, otras personas prefieren las prendas anchas, fabricadas con tela suave que no genera pliegues, el calzado de preferencia que no sean completamente planos y que la suela sea de aire. Algunos dijeron que prefieren las prendas con costuras delicadas, en tela que tenga caída, que no comprime los músculos, piezas térmicas sin que incomoden cuando hay días soleados, preferiblemente que nada tenga alambre o partes rígidas y sin botones.

Para esta investigación, el 84,2% de los encuestados está de acuerdo con el diseño y creación de prendas que ayuden a disminuir la sintomatología, además de tener el fin de dar visibilidad a la enfermedad. El 10,5% considera que tal vez estarían de acuerdo y el 5,3% no está de acuerdo.

Resultado de encuesta a familiares y cuidadores

En primer lugar, se preguntó cuántos pacientes de dolor crónico están bajo su cuidado y el 71,4% es responsable de 1 persona y el 28,6% de 2 personas. El 100% manifestó que las diferentes patologías que presentan los pacientes, les genera dolor permanente. El 57,1% de los pacientes tiene movilidad reducida y el 42,9% no tiene movilidad reducida. El 85,7% no son totalmente dependientes, mientras que el 14,3% son totalmente dependientes.

Los familiares y cuidadores definieron al dolor crónico como un dolor constante que presenta picos en momentos inesperados, generando grandes molestias que dificultan la movilidad. También lo describen como incapacitante, agotador, molesto, tedioso y como una continua descarga de energía espiritual, mental y física.

El 71,4% dice conocer prendas de vestir que ayudan a mitigar el dolor y el 28,6% dijo no conocerlas. Por otra parte, consideran que las prendas deben ser fabricadas en materiales elásticos, antialérgicos, suaves al tacto, livianos, textiles resistentes al agua, además es importante que las piezas sean fáciles de abrir por el frente y que no generen presión sobre la zona de dolor.

También manifestaron que el diseño de modas no ha sido incluyente con la población que padece dolor crónico, ya que hay muy pocas marcas que realizan prendas especializadas en estas condiciones y que normalmente son las casas de terapia física las que fabrican prendas específicas. Al mismo tiempo, la moda está más enfocada en la exaltación de la figura humana, generando estereotipos de belleza más que un aporte al confort y bienestar.

Resultado de encuesta a profesionales de la salud

Los profesionales de la salud encuestados pertenecen a las diferentes especialidades del área de la salud como: Reumatología, ortopedia, medicina laboral y enfermería, específicamente de Colombia, Canadá, Ecuador, Argentina, Perú y España.

Desde su perspectiva como profesionales del área de la salud, los encuestados consideran que el dolor crónico es una patología multifactorial que genera una sensación permanente, incapacitante y de difícil manejo. También manifestaron que el dolor es de naturaleza nociceptiva que aparece por una estimulación química, mecánica o térmica de nociceptores específicos. Sin embargo, el dolor crónico no posee una función protectora y más que el síntoma de una lesión debe considerarse en sí misma como una enfermedad y también es visto como una solución pendiente dentro de la medicina.

El 71,4% de los profesionales encuestados considera que dentro del área que cada uno desempeña, se ha dado visibilidad e importancia al dolor crónico, mientras que el 28,6% considera que no.

Según los resultados del formulario, las patologías que desencadenan en dolor crónico con más frecuencia son: La fibromialgia, migraña, neuropatías, depresión, ansiedad, obesidad, artrosis, enfermedades autoinmunes, enfermedades de origen ortopédico, hernias discales, lumbalgias, cervicalgias por lo multifactorial del origen del dolor y cáncer.

Con respecto a las experiencias que han manifestado los pacientes, los profesionales de la salud consideran que la calidad de vida de las personas con dolor crónico se ha visto afectada, debido a

que disminuye su relación interpersonal y laboral.

La estabilidad emocional sufre consecuencias, ya que se considera que nadie puede vivir con dolor, causando ansiedad, frustración, depresión, sentimientos de incapacidad debido a los largos periodos de reposo a los que se debe hacer frente, además de sentimientos de miedo e incertidumbre al no poder valerse por sí mismos y tener que dejar de realizar actividades lúdicas y eludir responsabilidades.

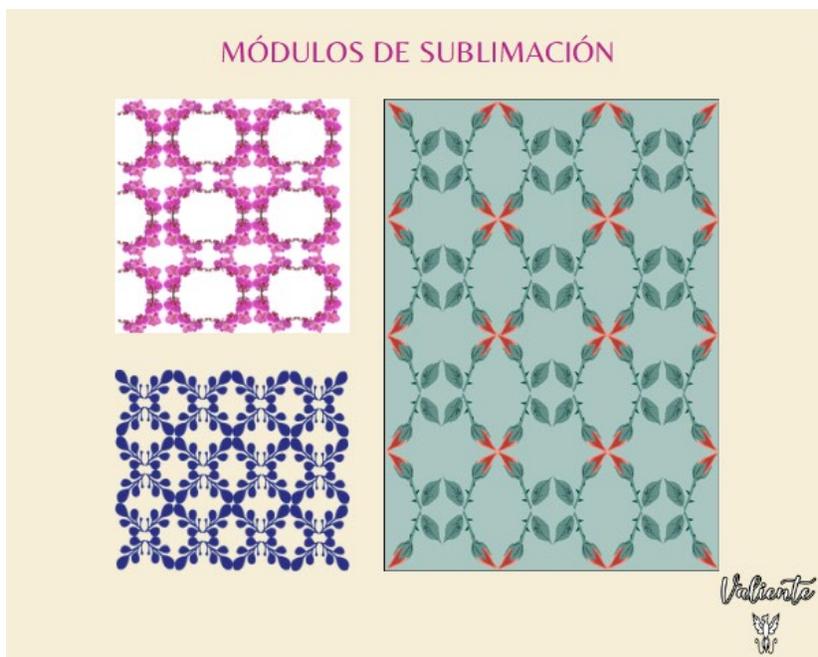
El 85,7% de los encuestados considera pertinente el diseño y creación de prendas de vestir para pacientes con dolor crónico, con el fin de generar confort, disminución de la sintomatología y recuperación de la calidad de vida, mientras que el 14,3% contempla la posibilidad.

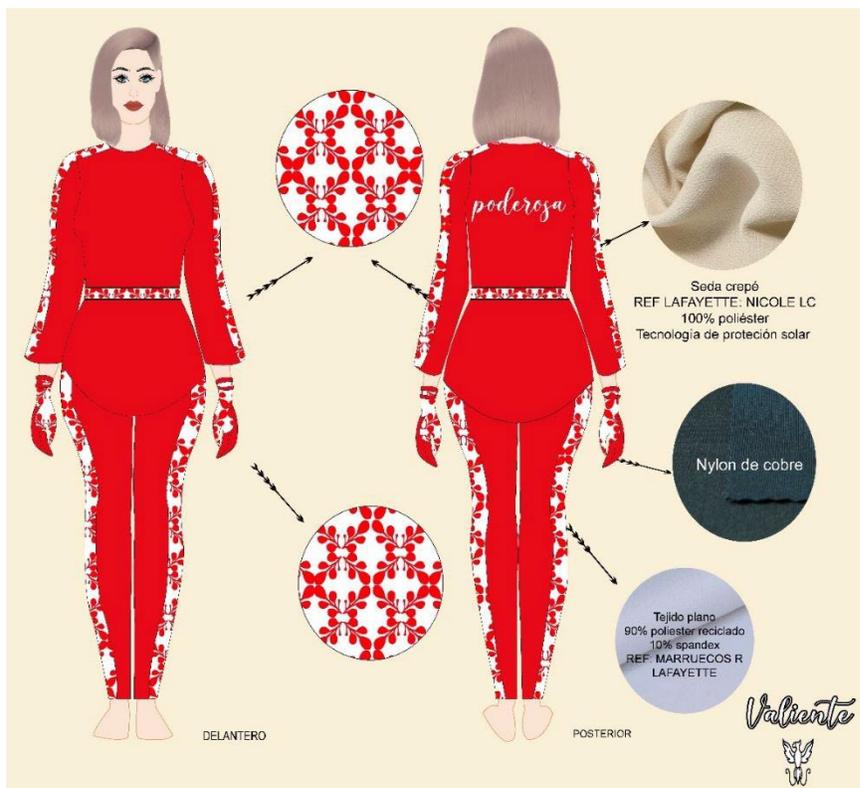
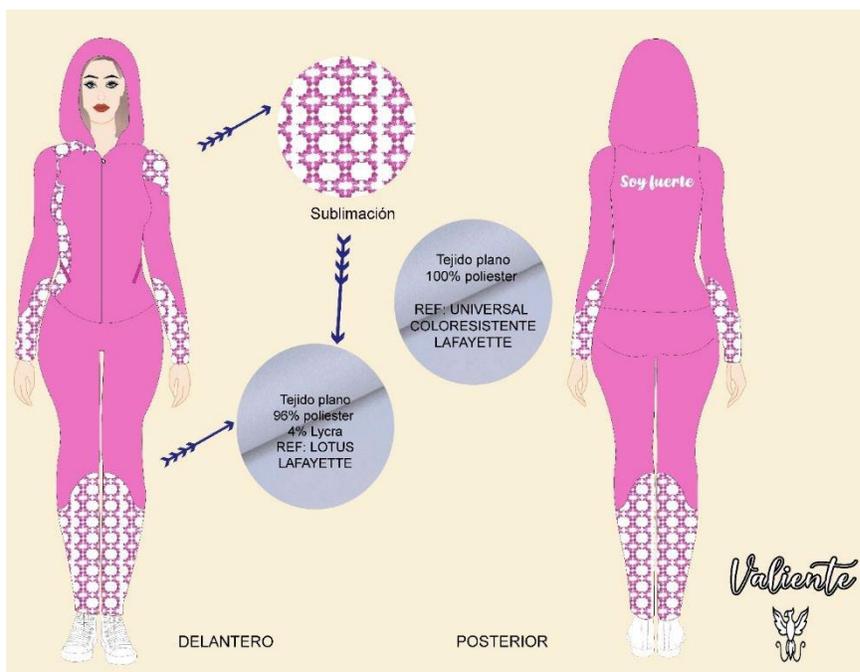
Para finalizar el análisis de los resultados, los trabajadores del área de la salud recomiendan el uso de prendas suaves, con fibras que no puedan generar mucho estímulo nociceptivo, ya que muchos pacientes con dolor crónico tienen ese problema. También es importante definir el estado de sensibilidad del paciente mediante la electromiografía, tener en cuenta que el movimiento genera más dolor, por lo que las prendas deben ser prácticas y funcionales

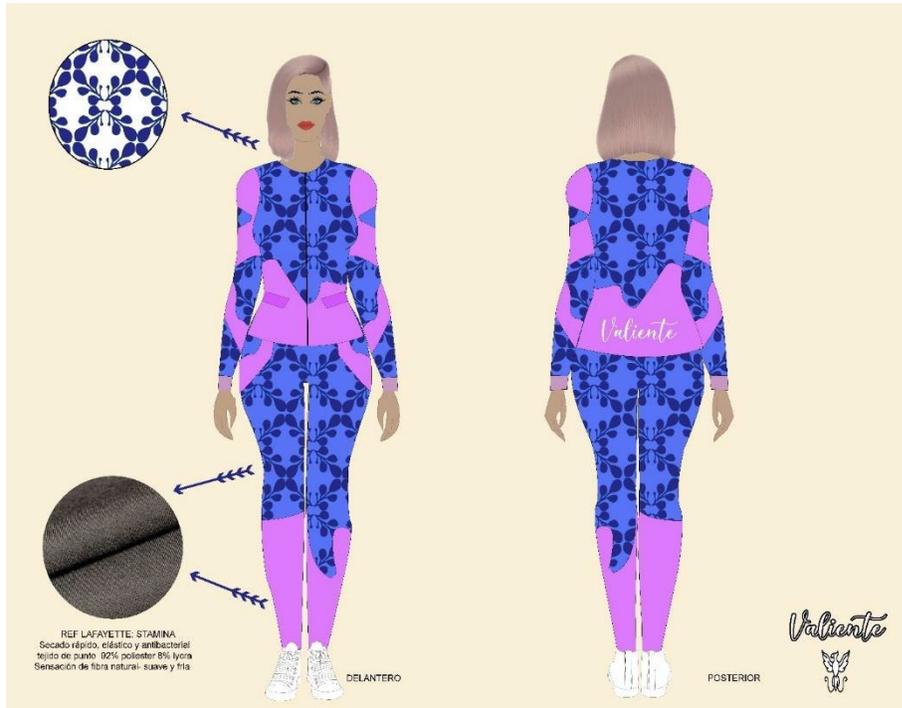
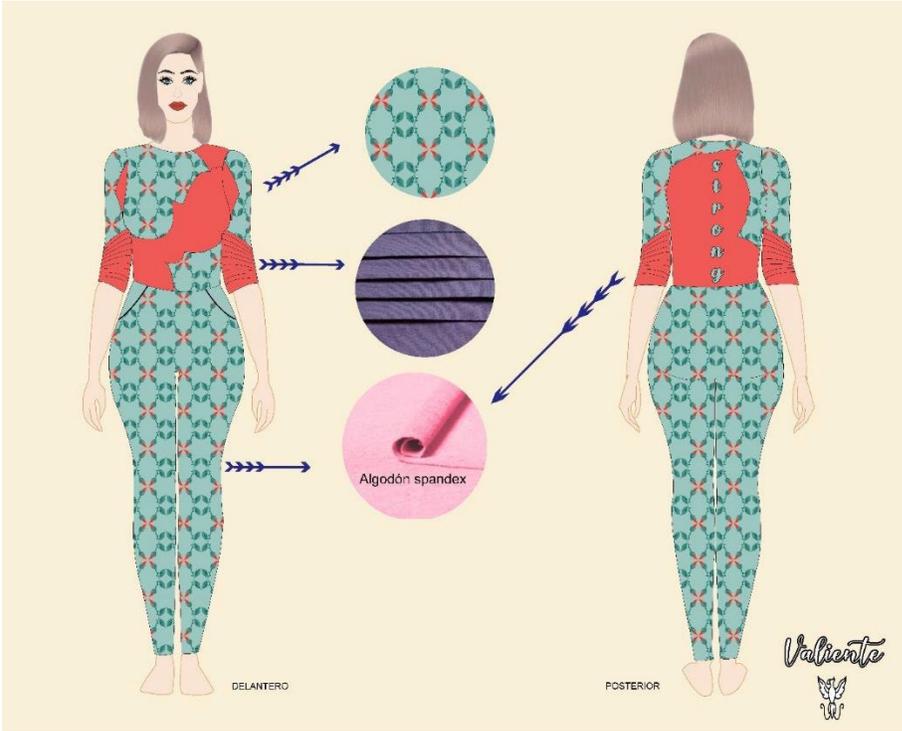
PROPUESTA DE COLECCIÓN

La colección **Valiente** está compuesta por cuatro propuestas de diseño y teniendo en cuenta los requerimientos del usuario se emplearon texturas visuales en las diferentes prendas, mediante la técnica de sublimación con el fin de que no haya roce con la piel o se genere sensación de incomodidad.

Se realizó la exploración con tres módulos de sublimación que están ubicados en partes del cuerpo específicas con motivo de hacer énfasis en las diferentes zonas de dolor, siendo estos módulos un elemento comunicativo que podría llegar a funcionar de manera terapéutica y/o psicológica al paciente con dolor crónico.







Propuestas seleccionadas para confeccionar y probar en usuario real

Los diseños presentados a continuación fueron probados en una paciente colombiana de 84 años de edad, quien tiene diagnóstico de tobillo anquilosado e hipertensión. También se moviliza con apoyo de un caminador, pero no es totalmente dependiente ya que puede realizar algunas actividades sin ayuda.

La paciente requiere de prendas suaves al tacto, livianas y que permitan regular la temperatura, ya que es una persona a la que el frío le genera mucho dolor en el cuerpo.



Diseño de dos piezas, compuesto por chaqueta con capota y pantalón, se caracteriza por sus cortes sublimados y fabricado en materiales livianos de alta calidad que aportan confort y facilitan el movimiento. Cada material cuenta con tecnología de protección solar, repelencia, elasticidad y duración de color. Como sistema de cierre se utilizará una cremallera separable de nylon con dientes de 3mm de grosor



Diseño de dos piezas que se caracteriza por sus texturas visuales en sublimación y contraste de formas mediante cortes. La chaqueta posee el sistema de cierre en centro-frente mediante una cremallera de nylon separable. Tanto la chaqueta como el pantalón están contruidos en material liviano de tejido de punto, compuesto por 92% poliéster y 8% lycra, su tecnología permite un

Bibliografía

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. (2014). *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill / INTERAMERICANA EDITORES S.A DE C.V.

Recuperado el 8 de 11 de 2021

Moscoso, J. (2013). El dolor crónico en la historia. *Revista de Estudios Sociales*, 170-176.

Timoneda, F. L. (1996). Definición y clasificación del dolor. Madrid: Servicio de Publicaciones UCM.