

EL PERQUÈ DEL DOLOR DESPRÉS DE REBRE UNA PUNTADA ALS TESTICLES

21 abril, 2022

Una puntada als testicles no és una cosa que es presenti amb freqüència, però quan succeeix provoca un dolor incapacitant. Per regla general, aquest tipus d'episodis no té conseqüències nefastes.

Aquesta acció que es veu amb freqüència als partits o entrenaments de futbol, és una d'aquestes experiències per les quals cap jugador vol passar. Un cop a aquesta zona deixa a qualsevol doblegat de dolor. Els experts assenyalen que en aquests casos és com si el cos embogís una mica.

Malgrat tot, una puntada als testicles quasi mai té conseqüències de consideració, a menys que sigui massa forta. Aquesta zona és molt sensible, però també té la capacitat de recuperar-se amb rapidesa, sense complicacions.

Això no obstant, un traumatisme fort si que pot tenir conseqüències greus. Per tant, el millor és prevenir aquest tipus de cops. També és important saber què fer en el cas que es presentin.

¿Per què fa tant de mal?

Són molts els que es pregunten per què dol tant una puntada als testicles. La raó fonamental és que aquesta petita zona té una concentració de terminacions nervioses molt més elevada que altres àrees del cos. Aquestes terminacions nervioses conflueixen en el nervi vagó, el qual és considerat com una 'superautopista' de l'organisme. Això fa que el dolor arribi a altres zones i es converteixi en una mena de 'bogeria temporal' en el cos.

Per altra banda, els testicles estan units al cos d'una forma dèbil. Només estan coberts per una capa protectora anomenada túnica albugínia i envoltats en un sac anomenat "escrot". Per tant, no tenen amortiment i la resistència que ofereixen davant un cop és molt limitada.

¿Per què fa mal l'abdomen?

Una puntada als testicles genera dolor a l'abdomen. Els testicles comencen a formar-se a l'abdomen i des d'allà baixen fins a prendre una posició definitiva. Les terminacions nervioses de les gònades convergeixen a l'abdomen.

Per tant, quan es rep un cop als testicles, el dolor termina concentrant-se a l'abdomen. Tot conflueix al nervi vagó que en té ramificacions en tota aquesta zona i en una gran àrea de la part superior del cos.

Això també és la raó per la qual no només s'experimenta dolor

a l'abdomen sinó que també pot causar nàusees i vòmits. Tanmateix, quan el dolor és molt intens, hi haurà marejos, llàgrimes, augment de la pressió arterial i mal de cap.

Les conseqüències que pot tenir una puntada als testicles

Una puntada als testicles pot ocasionar conseqüències greus si és molt potent. Si el dolor no desapareix en un lapse entre 15 i 60 minuts, el més assenyat és acudir a un centre d'urgències per ser avaluat.

A algunes ocasions, aquest tipus de cops provoquen greus conseqüències com les següents:

- **Epididimitis:** És un dels efectes més freqüents d'un fort cop als testicles. És una inflamació de l'epidídim, la porció que uneix al testicle amb els canals diferents. Això provoca dolor i inflamació, però sol remetre de forma espontània.

- **Desplaçament del testicle:** Passa quan el cop fa que el testicle entri de nou en el cos i quedi damunt del maluc. L'efecte és que es deixa de sentir el testicle. És una emergència mèdica.

- **Torsió testicular.** La puntada, o cop de pilota, poden fer que el testicle pugi i giri, causant una torsió del cordó espermàtic. El resultat és un fort dolor, inflamació i la ubicació d'un testicle per damunt de l'altre. S'ha d'anar al metge en un lapse no superior a les sis hores següents.

- **Ruptura del testicle.** És poc comú i s'origina per un cop fort en extrem. Provoca molt dolor, inflamació notòria, desig de vomitar i, a vegades, desmai. És una emergència mèdica que requereix cirurgia.

¿Quins estan en risc d'un cop a la zona?

Les lesions als testicles, en especial les més greus, són poc usuals. Però, pot passar i pel mateix s'han de prendre les mesures adequades per prevenir-les. Els atletes estan més propensos a aquest tipus de problemes. En alguns esports és més comuna rebre una puntada als testicles o un cop a aquesta zona. Qui practica futbol, o altres esports com a bàsquet, hoquei o beisbol han de tenir molta precaució. També els que aixequen peses o practiquen rutines d'exercicis molt exigents.

Consells i prevenció

El dolor és inevitable quan es rep un cop als testicles. La molèstia no ha d'anar més enllà d'una hora. Mentrestant, es pot porta a terme algunes accions senzilles per alleujar la molèstia.

El més assenyat és fer el següent:

- Prendre un analgèsic com acetaminofèn o ibuprofèn.
- Acostar-se i relaxar-se.
- Posar-se una borsa de gel a la zona per alleujar el dolor i reduir la inflamació.
- Col·locar-se una tovallola enrotllada sota del testicle, al moment d'acostar-se.
- Evitar l'activitat intensa als dies següents.
- Utilitzar roba interior de suport durant els dies següents per donar-li sosteniment al testicle.

El millor, en tot cas, és prevenir un d'aquests cops i, per descomptat, les conseqüències que puguin derivar-se d'aquest. Si un home du a terme una activitat física intensa de forma regular, el més assenyalat és que prengui nota de les següents precaucions:

- Utilitzar protector testicular o suspensori esportiu. Aquests additaments proporcionen una bona protecció. Deu ser de la talla correcta, dons del contrari no compleix amb la seva funció de protecció adequada.
- Consultar sobre accessoris addicionals. El metge o l'entrenador poden suggerir altre tipus de protectors addicionals depenent de l'activitat o de l'esport que es practiqui.
- Mantenir informat al metge. El dolor als testicles fins i tot si no s'ha rebut un cop, és motiu de consulta. Mai hem de passar per alt una molèstia d'aquesta mena.

El dolor és un símptoma important al qual s'ha d'estar atent. Si després d'un cop als testicles el dolor és massa intens o no cedeix amb el pas de minuts, sempre és convenient anar a un centre de salut per ser avaluat.

Les nàusees o els vòmits que no remeten, així com un hematoma a l'escrot, la dificultat per orinar, l'hematúria o sang a l'orina, i la febre també són senyals que pot tractar-se amb

una urgència. D'altra banda, és rellevant ser cautelosos amb les pràctiques sexuals que incloent cops als testicles.