



Aquí tenemos una visión de cerca de un clavo localizado en el pie. Están pasando muchas cosas en el tejido y todas forman parte del proceso de reparación. Los vasos sanguíneos pueden estar dañados y las pequeñas terminaciones nerviosas estiradas. Pequeñas células que normalmente circulan por el tejido y cuyo objetivo es detectar si existe algún problema, liberan histamina, que, a su vez, hace que los vasos sanguíneos liberen plasma, lo que provoca mayor edema. Este proceso libera células sanguíneas blancas y envía células que limpian la suciedad del área y, si la piel se ha roto, tratan duramente a cualquier bacteria que esté presente. Estas células se llaman fagocitos y macrófagos. También se activan las células que ayudan a formar la costra y crean tejido cicatrizal. Los nervios dañados pueden también liberar sustancias químicas (ver página 64) que ayudan en el proceso. Esta inflamación se llama **'sopa inflamatoria'**. La sopa inflamatoria activa directamente las alarmas, lo que provoca un aumento de la sensibilidad, cuyo objetivo es proteger el tejido lesionado.

La inflamación hace que las articulaciones estén rígidas por la mañana, provoca dolores punzantes, enrojecimiento y calor. Frecuentemente, los medicamentos antiinflamatorios como el ibuprofeno, naproxeno, aspirina y paracetamol, reducen sus efectos, incluido el dolor. Los antiinflamatorios probablemente funcionan parando la producción de prostaglandinas⁴, que son las sustancias químicas sensibilizantes clave de la inflamación. El edema, que es el aspecto más obvio de la inflamación y que preocupa a tanta gente, es justamente una consecuencia derivada de la necesidad de obtener sangre y sustancias químicas cicatrizantes en el área.

Observa que estamos hablando fundamentalmente de la inflamación aguda. La inflamación crónica se asocia a ciertas enfermedades como la artritis reumatoide y puede tener diferentes y distintos efectos.