



IL·LUSTRE COL·LEGI OFICIAL
DE FISIOTERAPEUTES
DE LA COMUNITAT VALENCIANA

EVALUACIÓN Y TRATAMIENTO DEL DOLOR CRÓNICO MEDIANTE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO ACTIVO

DESCRIPCIÓN

El dolor crónico afecta al 20% de la población en países desarrollados¹, siendo este porcentaje mayor en España². El dolor músculo-esquelético crónico es uno de los principales motivos de consulta en Atención Primaria y el principal motivo de consulta en fisioterapia de Atención Primaria. Los tratamientos que se han utilizado para el tratamiento del dolor crónico no han logrado aliviar e incluso en los últimos años ha aumentado la prevalencia de dolor crónico en la población, con el consiguiente aumento del gasto farmacéutico³.

Esto hace necesario plantearse nuevos abordajes de tratamiento, que están consiguiendo una disminución de la prevalencia de dolor en aquellos sistemas sanitarios donde se han implantado. Los avances en neurociencias y los últimos descubrimientos en neurofisiología del dolor⁴ han permitido diseñar nuevos abordajes de tratamiento.

1. Breivic H, Collett B et col . Survey of chronic pain in Europe: prevalence, impact on daily life an treatment. Eur J Pain. 2006 May;10(4):287-333. Epub 2005 Aug 10.

2. Langley PC, Ruiz-Iban MA, Molina JT, De Andres J, Castellon JR. The prevalence, correlates and treatment of pain in Spain. J Med Econ 2011;14(3):367-80

3. Gaskin D.J., Richard P. The Economic Costs of Pain in the United States. The Journal of Pain, Vol 13, No 8 (August), 2012: 715-724

4. Wolf CJ. Central Sensitization: implications for the diagnosis and treatment of pain. Pain 2011 Mar;152(3 Suppl):S2-15. doi: 10.1016/j.pain.2010.09.030. Epub 2010 Oct 18.

OBJETIVO GENERAL

- Adquirir competencias para aplicar nuevas estrategias de tratamiento para pacientes con dolor crónico basados en los últimos avances de la neurociencia.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conocer los diferentes mecanismos de dolor implicados en la experiencia dolorosa.
- Desmitificar los tabúes que hay referentes al dolor.
- Conocer los beneficios y los efectos adversos de los tratamientos actuales del dolor.
- Adquirir competencias para trabajar con pacientes con dolor crónico a través de actividades de educación para la salud y de otras herramientas que han demostrado su eficacia para este tipo de enfermos en otros sistemas de salud



IL·LUSTRE COL·LEGI OFICIAL
DE FISIOTERAPEUTES
DE LA COMUNITAT VALENCIANA

- Conocer la nueva fisiología del dolor crónico: dolor nociplástico, sensibilización periférica y central, modulación del dolor, teoría neuromatriz, efectos sobre sistema inmune y vegetativo, neurogénesis y plasticidad cerebral, copia eferente, neuronas espejo.

PROGRAMA

Módulo nº 1:

- Introducción.
- ¿Por qué es tan difícil tratar el dolor crónico?, ¿estamos haciendo el enfoque adecuado?
- Actualización de fisiología y neurobiología del dolor.
- Clasificación y mecanismos de dolor.
- Evaluación y exploración del paciente con dolor.
- Razonamiento clínico y dolor crónico.
- Tratamiento de dolor persistente basado en neurociencias.
- Cambios estructurales y funcionales en el cerebro.
- Trabajo práctico: Casos clínicos. Trabajo somatosensorial. Fomento de la neuroplasticidad mediante trabajo motor e intelectual.

Módulo nº 2:

- Repaso de contenido de los bloques anteriores.
- Educación en neurociencia del dolor. Introducción
- Educación en neurociencia del dolor. Práctica y testimonios
- Educación en neurociencia del dolor. Efecto placebo y nocebo.
- Actividad y Ejercicio Físico en pacientes con dolor crónico.
- Programas de ejercicio físico y dolor crónico. Práctica.
- Imaginería Motora Graduada como herramienta para dolor crónico.
- Dolor y sistema inmune. Teoría del Organismo maduro de Louis Gifford.
- Técnicas de relajación y consciencia corporal en dolor crónico.
- Práctica de técnicas de relajación y consciencia corporal.



IL·LUSTRE COL·LEGI OFICIAL
DE FISIOTERAPEUTES
DE LA COMUNITAT VALENCIANA

METODOLOGÍA DOCENTE

- Metodología expositiva con apoyos de medios audiovisuales.
- Exposición audiovisual de vídeos de los ponentes con diversos casos clínicos.
- Fisiopíldoras.
- Talleres prácticos para la resolución de casos clínicos.

