

# Nuevas técnicas alivian el dolor en pacientes crónicos

Entre cuatro y seis sesiones son suficientes para eliminar el proceso doloroso que causan las enfermedades osteomusculares

:: RAQUEL SUÁREZ

**REDACCIÓN.** Aproximadamente el 80% de la población adulta sufrirá dolor de espalda alguna vez en su vida, y será un problema crónico en aproximadamente un 14% de la población, según recientes estudios realizados. Se trata de dolores benignos, que pueden mejorar considerablemente con los tratamientos adecuados. Igualmente, ocho de cada diez personas afirma haber sufrido dolor de cabeza en el último año, y en una tercera parte, éste ha sido realmente severo o incapacitante y más de la mitad de la población sufre de dolor cervical en algún momento de su vida y la asociación con el dolor craneomandibular y facial es tal, que suelen incidir en el 22,5% de los casos, según algunos estudios.

Los factores que se alían para producir el dolor osteomuscular son de diversa índole, por un lado inciden los factores mecánicos, como son las posturas adoptadas por el trabajo o por los hábitos de vida, pero también influyen determinados factores psicológicos como son la ansiedad y el estrés, que están muy relacionados con el dolor muscular. Por último, ciertos trastornos metabólicos y endocrinos como la ane-

Un plan personalizado de mantenimiento evita que se produzcan recaídas

Una vez que el paciente ha sido tratado con estas nuevas técnicas, se diseña un plan personalizado de mantenimiento, fundamentado en una medicación básica y en visitas periódicas que permitirán seguir la evolución del paciente.

El doctor Hidalgo explica que, para evitar recaídas, es igualmente necesario optimizar la salud del paciente, a través de un enfoque preventivo. Para ello es importante adoptar medidas que van desde la educación postural hasta el diseño de un plan de ejercicios específico para cada paciente. Igualmente importante es vigilar la alimentación y seguir una dieta recomendada por el especialista. Durante esta etapa también es conveniente contar con apoyo psicológico y reforzar el tratamiento con otras terapias de medicina biológica como son la hidroterapia de colon, la ozonoterapia y la suero-terapia, entre otras.

mia, la menopausia y las patologías tiroideas están igualmente relacionados con la existencia de puntos dolorosos en los músculos.

La variedad de factores que inciden en la permanencia de esos dolores requieren un tratamiento multidisciplinar para garantizar la eficacia de los tratamientos.

Clinalgia es un centro médico especializado en el tratamiento del dolor musculoesquelético crónico. Sus procedimientos son innovadores tanto por las técnicas que aplican como por poner a disposición de los pacientes un equipo multidisciplinar que actúa desde distintos frentes para eliminar el dolor.

El director del centro médico,

Francisco Javier Hidalgo, explica que la clínica es una de las pocas en España, en la que se realizan protocolos de tratamiento en los que el médico y el fisioterapeuta trabajan al unísono, junto al paciente, para aliviar las zonas dolorosas, tanto de origen musculoesquelético como fascial o tendinoso.

En estos casos, lo primero sería descartar el componente neuromuscular del dolor, para en caso necesario, abordar con otras expectativas los componentes neuropático, articular, vascular o emocional, en caso de estar presentes. Sería en este punto en el que entrarían en juego otros especialistas (anestésista, es-

tomatólogo, psicólogo, psiquiatra o vascular). Se trata de tratamientos fundamentados en la investigación clínica más vanguardista, apoyados, entre otros, por trabajos de difusión internacional realizados por el Grupo de Investigación en Cefaleas, Fibromialgia y Fármacos Activos sobre el Sistema Nervioso Central de la Junta de Andalucía, del que el doctor Hidalgo es un miembro activo. Además, estos protocolos son similares a otros que se llevan a cabo en centros de referencia, como el de Kentucky o el de Copenhague.

Lumbalgia, cefalea crónica, cervicalgia y dolor cráneo-mandibular son las principales dolencias para las que este tipo de tratamiento ha dado resultados muy positivos, sin

descartar mejoras evidentes en otros procesos, de tipo vascular.

El trabajo, según indica el doctor Hidalgo, consiste principalmente en la realización de infiltraciones de anestesia con ozono. Los efectos que se persiguen son varios: antiinflamatorio y analgésico (a nivel muscular, tendinoso, fascial y articular), reoxigenante, liberador de fibrosis y contracturas (que limitan la movilidad muscular), o bloqueante y "reeducador" de la dinámica neuronal y neurovascular. Y todo ello con el mínimo riesgo para el paciente, si se tiene en cuenta que en millones de infiltraciones practicadas no ha habido ningún incidente de interés.

La acción del ozono sobre el músculo permite liberar la fibrosis al tiempo que realiza una acción antiinflamatoria; de este modo el paciente queda preparado para la intervención del fisioterapeuta. Entre cuatro y seis sesiones iniciales suelen ser suficientes para mitigar el proceso doloroso.



El doctor Hidalgo realiza una infiltración a un paciente en Clinalgia. :: LA VERDAD

## «Cuando cesa el dolor la mayoría de las personas mejora tanto física como emocionalmente»

:: RAQUEL SUÁREZ

**REDACCIÓN.** La misión de los nuevos tratamientos terapéuticos no es curar la lesión sino minimizar el dolor y mejorar la calidad de vida de los pacientes. Según el doctor Francisco Javier Hidalgo, este tratamiento es suficiente para la mayor parte de los pacientes, que no tienen necesidad de pasar a una segunda fase, en la que sería necesario realizar una evaluación más profunda con el fin de prescribir el tratamiento más adecuado, bien mediante infiltraciones epidurales,

radiofrecuencia, cirugía y psicoterapia, entre otras. En este contexto es fundamental contar con un anestésista, un neuroradiólogo, un psicólogo o un psiquiatra, que también han de estar familiarizados con el tratamiento del dolor crónico, según indica el doctor Hidalgo.

«Para muchas personas lo peor son las limitaciones que les generan estas lesiones y el sentimiento de que hay muchas cosas que ya no van a poder hacer, por eso, cuando cesa el dolor mejoran inmediatamente tanto físi-

ca como emocionalmente», explica. En este sentido, destaca la importancia del apoyo psicológico. «El dolor crónico es una experiencia vital, es el resultado de fenómenos de excitación aumentada en las neuronas, tanto las del dolor como las que regulan las hormonas, o el mundo afectivo» comenta.

Esta faceta psicológica del dolor hace necesario que, para que el tratamiento sea más efectivo, haya también que contar con la ayuda que proporcionan los psicofármacos. Los medicamentos

se utilizan para reparar los circuitos, reestableciendo el orden neuronal. «A veces se elimina la fuente del dolor en el lugar en el que se produce pero, después de una situación crónica, puede suceder que el mensaje de la curación no llegue correctamente al cerebro y el paciente siga sintiendo dolor», asegura.

La farmacología es otro elemento esencial en este tratamiento combinado, que produce resultados sorprendentes, y al que ya se han sometido en esta clínica cerca de 8.000 pacientes.