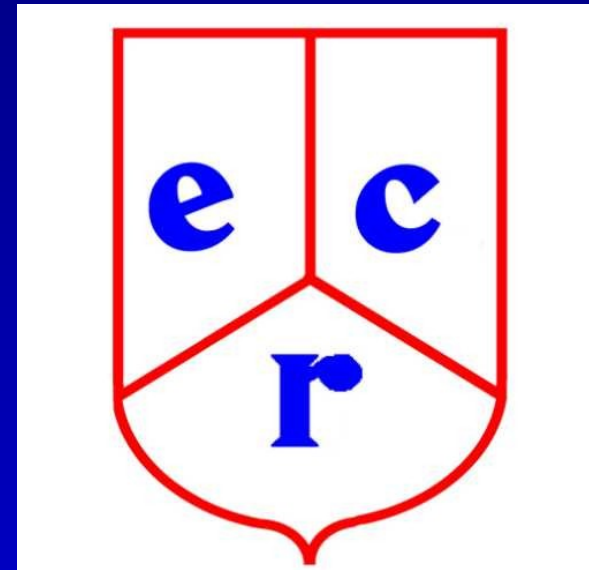




**UNITAT de
REUMATOLOGIA**



**escola catalana
de reumatologia**

Dr. F. Martínez-Pintor

DOLOR MÚSCULO- ESQUELÉTICO

**20% de la población
europea afectada**

Según un estudio de Paineurope

- La prevalencia es más alta en Noruega, Polonia e Italia, donde uno de cada cuatro adultos refieren padecer dolor crónico.**
- La prevalencia es menor en España, donde poco más de uno entre diez adultos (11%) sufre dolor crónico.**

DOLOR

(Definiciones)

- **Real Academia Española de la Lengua: Sensación molesta y aflictiva que se siente en el cuerpo por causa interior o exterior.**
Sentimiento, pena, congoja que se padece en el ánimo
- **IASP: Experiencia SENSORIAL y EMOCIONAL desagradable, asociada a una lesión real o potencial o descrita en términos de ésta.**



Síndrome Doloroso Crónico

Entidad clínica independiente, de causa conocida o no, que produce en el paciente manifestaciones FÍSICAS (dolor, fatiga, pérdida de fuerza, hormigueos, etc.) PSÍQUICAS (esfera afectiva; trastornos del humor) COMPORTAMENTALES y SOCIALES independientemente de cual pueda ser su origen.

Síndrome Doloroso Crónico

Clasificación

IDIOPÁTICO

Migraña

Fibromialgia

Dolor somatomorfo

ORGÁNICO

Coxartrosis

Polineuropatía metabólica

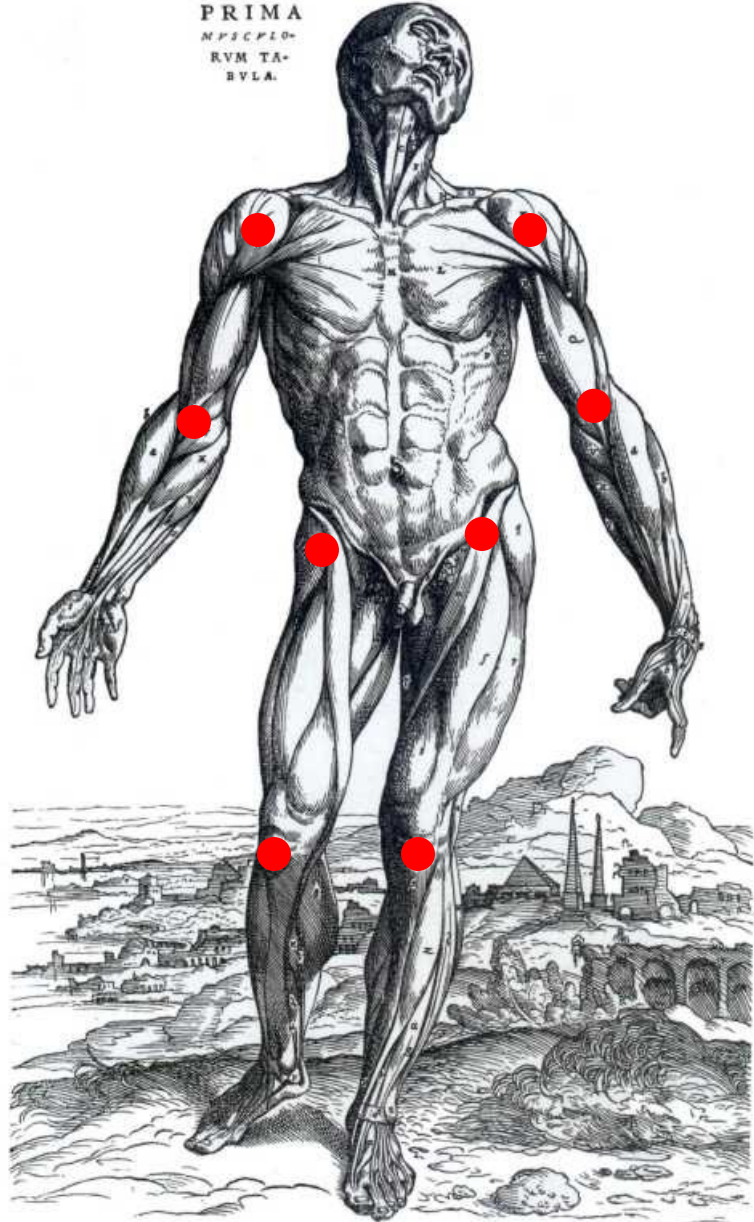
Tumoral

Clasificación del Dolor

(Mecanismos patogénicos)

- **Dolor nociceptivo.- Visceral, reumático, inflamatorio**
- **Dolor neuropático.- Nervios periféricos**
- **Dolor de causa específica (central)**
- **Dolores somatomorfos (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition)**

AND. VESALII DE CORPORIS
PRIMA
ANATOMIA
RVM TA-
BVLA.



**Dolor
Reumático
(Fibromialgia)**

Dolor Somatomorfo

(DSM-IV-TR)

Presencia de síntomas FÍSICOS, (dolor, fatiga, etc.) que no pueden explicarse completamente con la presencia de una enfermedad y no son intencionados.

El trastorno DEPRESIVO MAYOR se encuentra frecuentemente asociado a los trastornos somatomorfos (T. DE SOMATIZACIÓN).

Síndrome Doloroso Crónico Idiopático

- 1. FACTOR GENÉTICO:** Involucrado en el 40% de las depresiones. Espectro afectivo de Hudson (Fm, migrañas, síndrome intestino irritable, t. Afectivos)
- 2. ESTRÉS EMOCIONAL:** traumas físicos, virus (parvovirus, virus hepatitis C, cocsackie), trastornos emocionales, trastornos endocrinos (menopausia, hipotiroidismo), autoinmunes, medioambientales, etc.

Mecanismo de acción del Estrés

Sobre una predisposición genética determinada, ante una situación de ESTRÉS, se produce una reacción neurohormonal (eje hipotálamo-hipófisis-adrenal) con liberación de glucocorticoides (efecto directo sobre hipocampo e hipotálamo) y noradrenalina.



Una lección por el Dr. Charcot en 1887
(Óleo de André Brouillet)

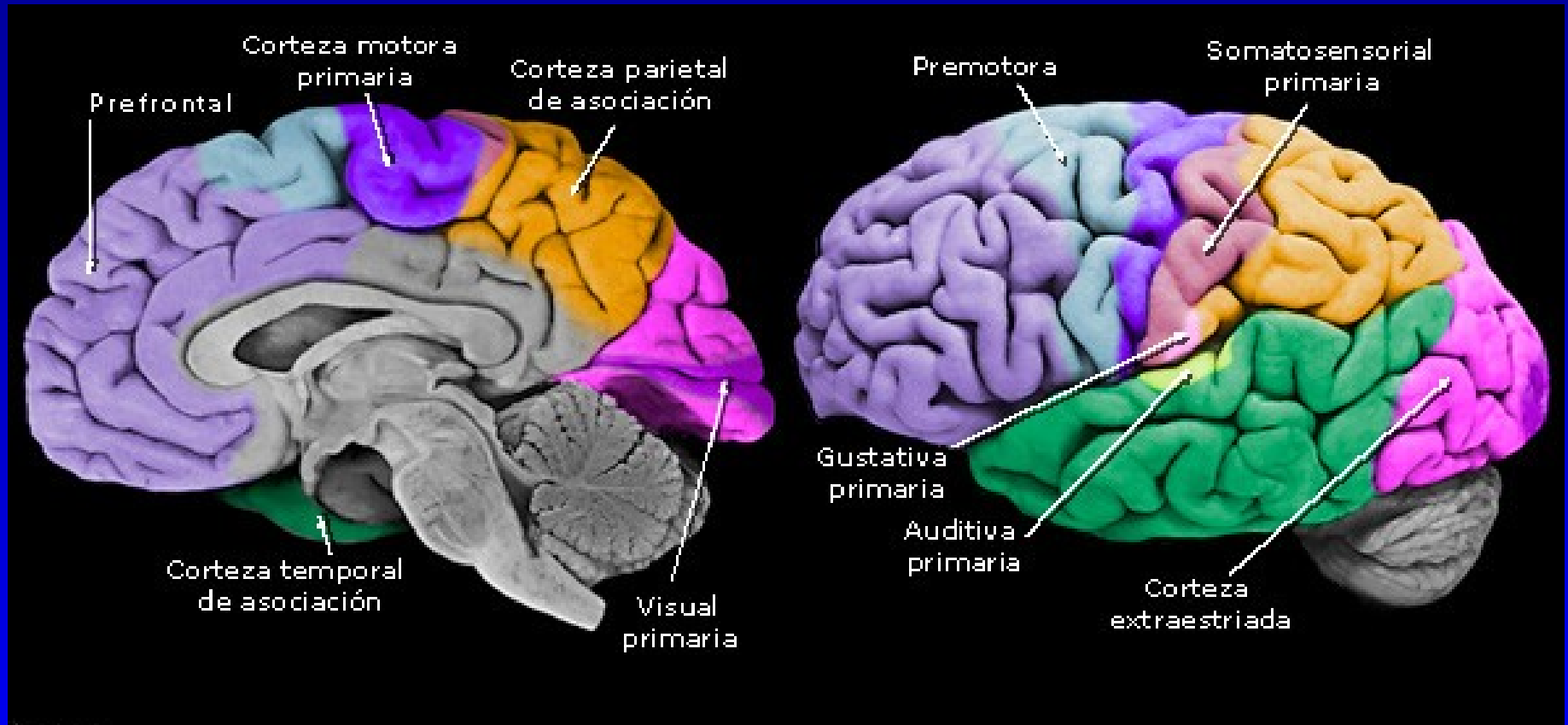
Anatomía del cerebro

Hemisferios Cerebrales



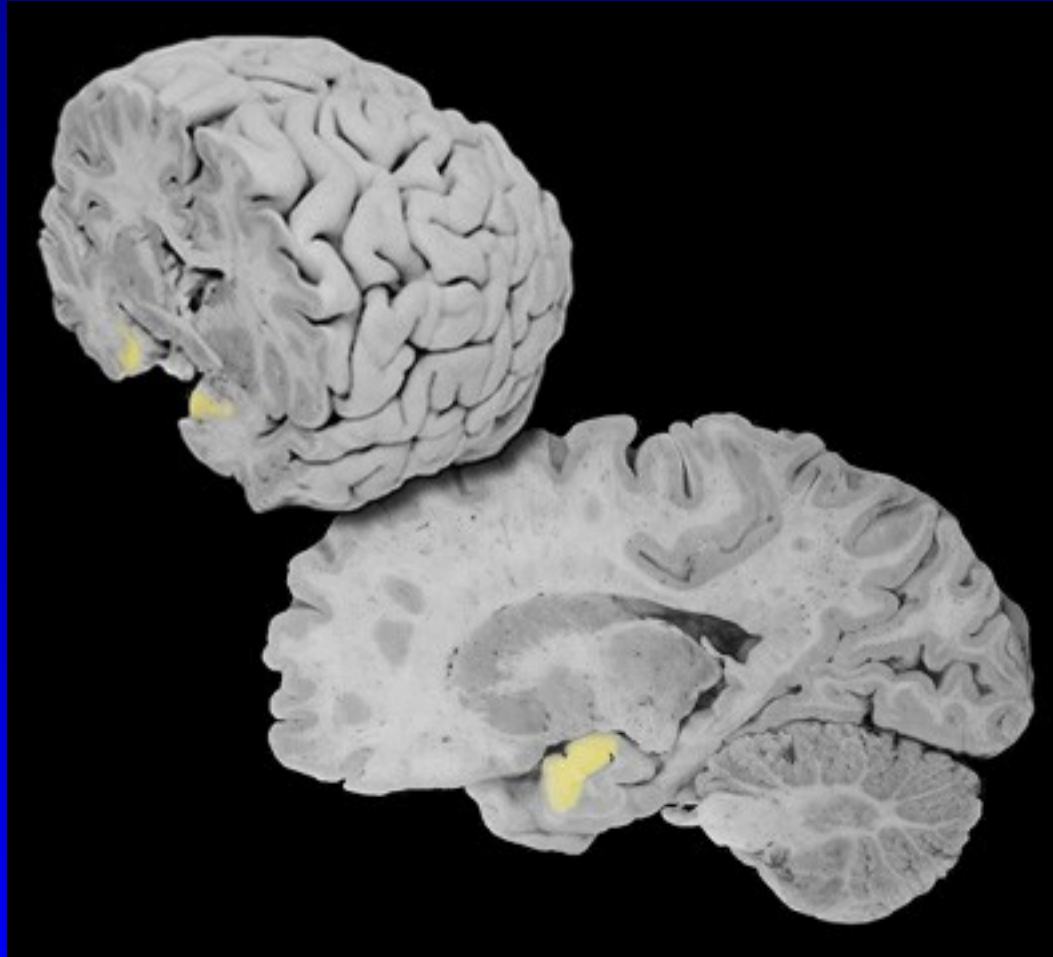
Cerebro

Áreas corticales



Cerebro

Sistema límbico, amígdala, hipocampo

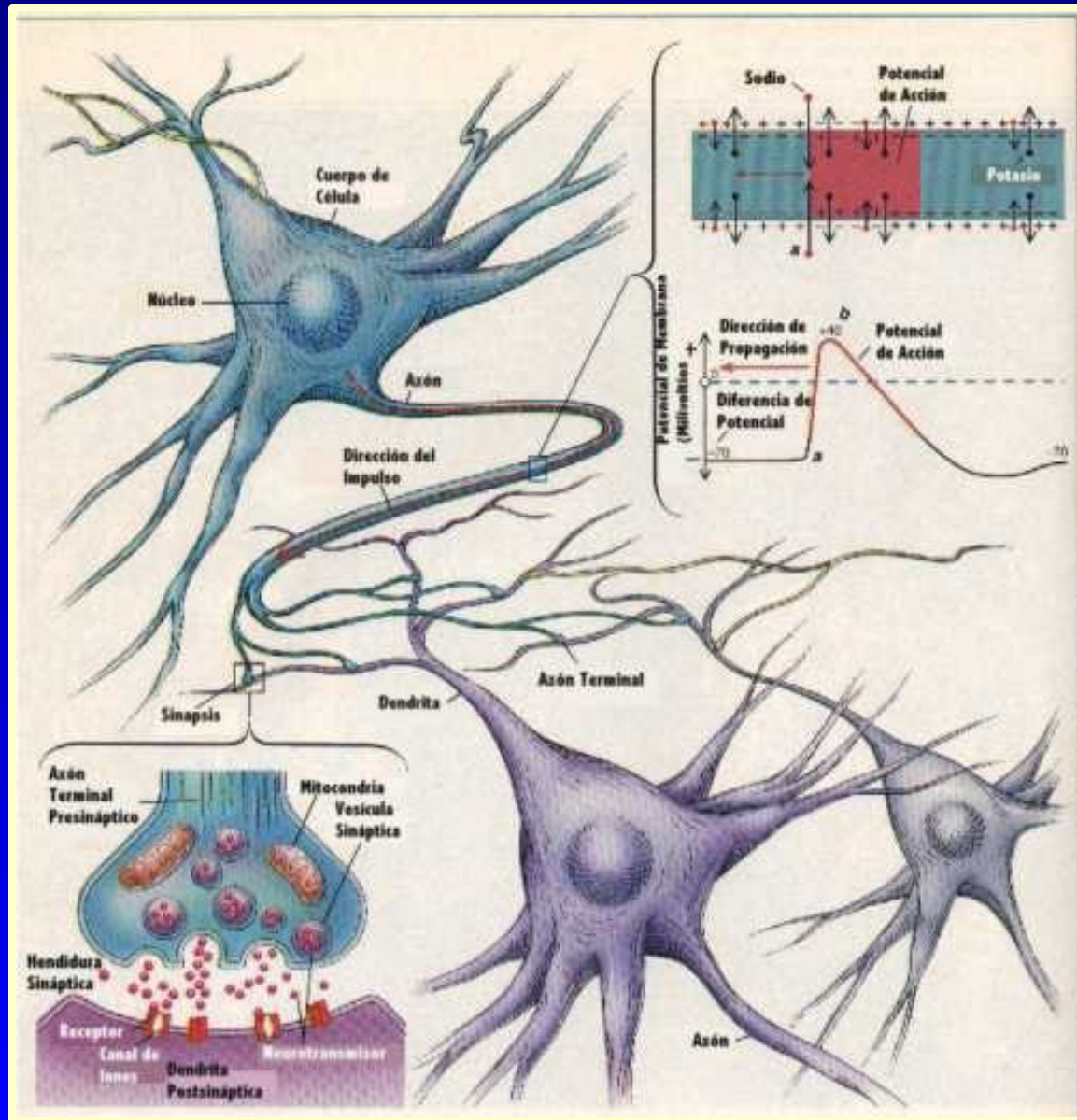


Neuropsicología I

1. Químico

- **Serotonina: neurotransmisor para el dolor y para la afectividad.**
- **Noradrenalina: Situaciones de sobresalto y alarma**
- **β -endorfinas (John Hugues-1975): péptidos opioides endógenos con propiedades morfinomiméticas.**
 - **Médula: regulando el dolor**
 - **S. límbico: regulando el COMPORTAMIENTO (alimentación, emociones, sexualidad)**

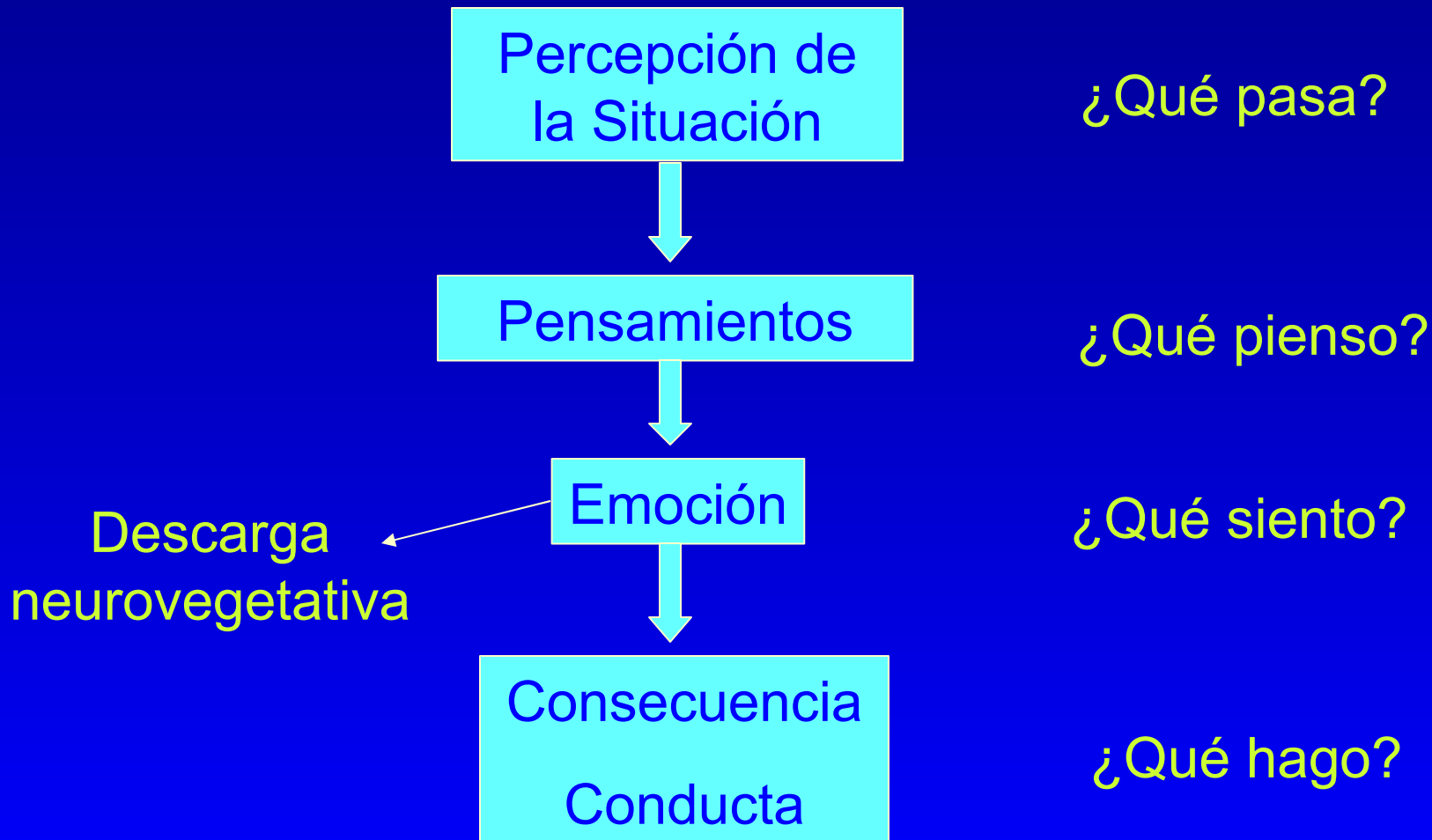
Sinapsis. Unión neuronal

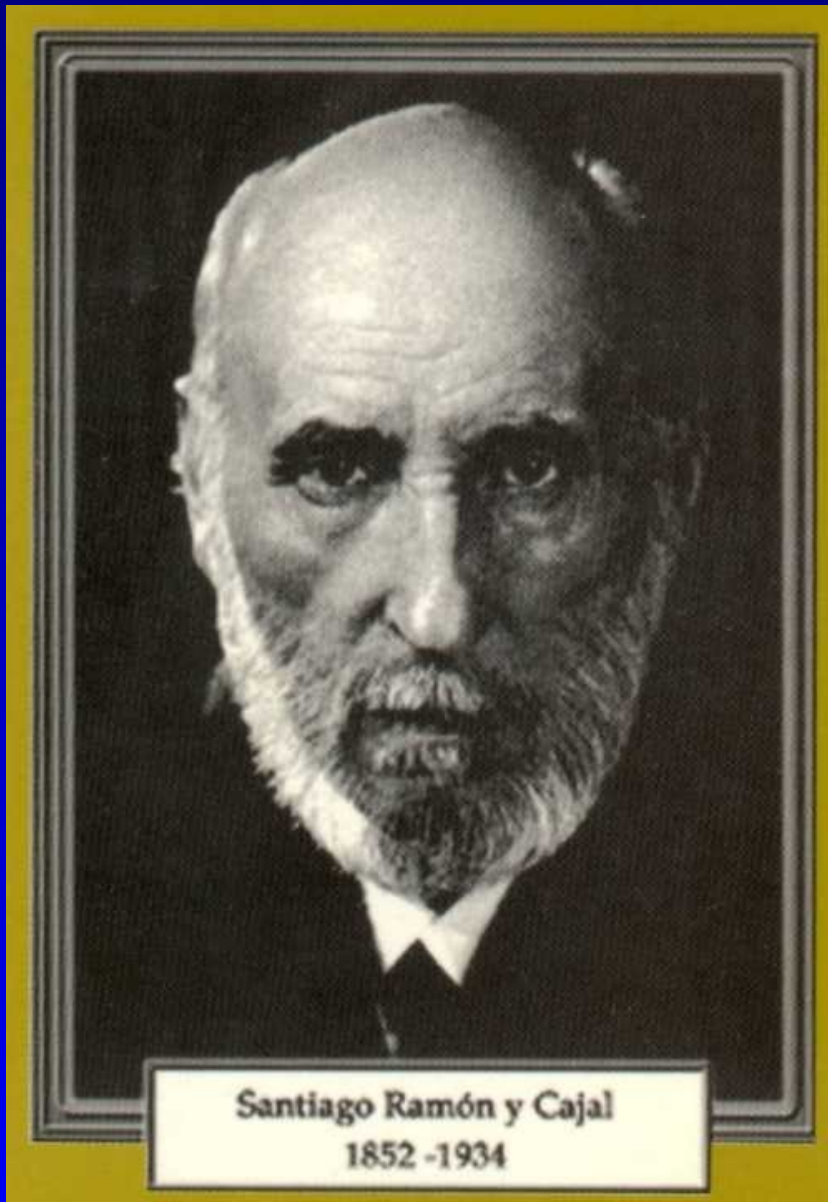


Neuropsicología II

1. **Psicológica: Técnicas cognitivo-conductuales**
 - a) **Modelo cognitivo(Aaron T. Beck):** Recepción de la información, explicación de los hechos, valoración de nuestra respuesta (conducta).
“Nuestra manera de ser”
 - b) **Teorias conductistas (John Watson):**
“Desaprender” ciertos comportamientos adquiriendo otros sanos.

Técnicas Cognitivo- Conductuales





Santiago Ramón y Cajal
1852 -1934

**Todos tenemos la
capacidad de
modificar y
modular la
estructura de
nuestro cerebro**

Neuroplasticidad

Capacidad que tienen las neuronas para cambiar su función, su estructura o su perfil químico.

Tareas de Superación I

- **Modificar la respuesta al estrés:**
(Hipotálamo) estrés positivo y negativo
- **Aumentar la producción de serotonina y β -endorfinas:**
 - **Caminar 40 minutos, 4 veces a la semana**
 - **Alcohol, reír**
 - **Recuerdos positivos. Comida (Chocolate)**
 - **Músicas. Dormir. Tabaco. Sexualidad.**

Tareas de Superación II

- **“Forzar el cerebro” (Neuroplasticidad)**
 - **Memoria reciente (hipocampo), memoria hechos lejanos (cortex prefrontal), memoria emocional (amígdala). Neuroplasticidad.**
 - **Concentración, atención (Hipocampo)**

**No te sientas total,
absoluta y
permanentemente
responsable de todo.
Ese es mi trabajo.**

DIOS