

Tratamiento del Dolor de Cuello Mediante Observación de Acciones

Fisioterapia y Dolor

Resumen:

El uso de un protocolo de tratamiento basado en observar acciones en una pantalla durante un minuto obtiene un efecto terapéutico a corto plazo para el aumento del rango de movimiento cervical y la disminución del dolor a la presión en pacientes con dolor de cuello crónico. Este tipo de estudio es relevante por el bajo coste de este tipo de terapia. Este tipo de terapias podría tener un impacto social y económico, puesto que es una terapia que apenas tiene coste económico.

Recientemente se ha publicado un estudio piloto sobre la terapia de observación de acciones en el dolor de cuello crónico en la revista "Journal of Exercise Rehabilitation", esta investigación ha sido desarrollada por el grupo de investigación Motion in Brains del CSEU La Salle, Universidad Autónoma de Madrid y liderado por el Profesor Alfonso Gil Martínez, que es un investigador dedicado al estudio del dolor crónico, dolor neuropático, las cefaleas y los trastornos del movimiento.

La población de estudio fueron pacientes con dolor de cuello a los cuales se les dividió en dos grupos en que se le expuso a un protocolo de observación de acciones. En uno de los grupos observaron durante 1 minuto un video de un sujeto realizando rotaciones cervicales en todo su recorrido del movimiento y el otro grupo durante 1 minuto observaba a un sujeto realizando rotaciones sin llegar a completar el recorrido.

Tras la intervención se observaron cambios significativos evaluados inmediatamente en el movimiento cervical y en el umbral de dolor a la presión en el grupo de pacientes que observaron el movimiento completo, en el grupo de pacientes que observaron el movimiento incompleto inclusive se produjo una disminución de los umbrales de dolor.

Estos resultados son prometedores a pesar de las reconocidas limitaciones que se sustraen del estudio, por ejemplo, las mediciones que se realizaron para comprobar los resultados solo se realizan de forma inmediata con los cual no se conoce cómo es la evolución del efecto terapéutico en el tiempo.

Esta investigación aporta a la evidencia creciente entorno al efecto clínico terapéutico de los procesos de imaginación y la observación de acciones en los pacientes con dolor crónico. Hemos entrevistado al profesor Gil Martínez para discutir y reflexionar sobre este tratamiento.

Una de las grandes preguntas que surgen dentro de la investigación del dolor crónico y la terapia de observación de acciones es sobre los mecanismos de acción y el impacto que puede tener el tratamiento. Ante estas incógnitas el profesor Gil Martínez, hace una interesante reflexión "Muchos pacientes con dolor crónico en general y de cuello en particular, muestran cambios neuroplásticos medulares y supramedulares que cursan con alteraciones del rango de movimiento articular y del control motor.

Estudios previos han informado que la visualización de imágenes puede tener un efecto beneficioso sobre la discriminación de la lateralidad, la percepción del dolor o el rango de movimiento. El impacto sobre estos pacientes aumentaría si, además de la observación de imágenes, se incluye la observación de acciones y la imaginación del propio movimiento. Esta Terapia también podría



"La terapia de observación de acciones podría tener un impacto social y económico importante, ya que se trata de una terapia susceptible de ser utilizada por una amplísima parte de la población"

tener un impacto social y económico importante, ya que se trata de una terapia susceptible de ser utilizada por una amplísima parte de la población con patologías que cursen con alteraciones similares a las comentadas con anterioridad y con un coste económico muy bajo”

La evidencia científica sobre los procesos de imaginería motora y observación de acciones desde el punto de vista clínico es creciente y desde el punto de vista neurofisiológico es abundante, a pesar de esto en la práctica clínica de las diversas profesiones de las ciencias de la rehabilitación estos tratamientos aún no se terminan de implementar en la praxis del día a día. Posiblemente, aun no se ha dado a conocer los aportes de estos tratamientos frente a otros tratamientos de fisioterapia. En relación a este tema el profesor Gil Martínez añade que “Estos tratamientos frente a otras terapias, aporta la facilidad de uso tanto para pacientes como para fisioterapeutas. Además, podría reducir el riesgo de cronificación en patologías que requieran inmovilizaciones prologadas. Esta terapia aporta un feedback visual importante que permite a los pacientes poder activar vías neuronales relacionadas con la acción de moverse sin necesidad de hacerlo físicamente.

En mi opinión, este tipo de tratamientos podría utilizarse inicialmente en aquellos pacientes que se encuentren encamados y que derivado de su patología no puedan realizar movimientos voluntarios o que la realización de estos provoque demasiada

“Esta terapia aporta un feedback visual importante que permite a los pacientes poder activar vías neuronales relacionadas con la acción de moverse sin necesidad de hacerlo físicamente”

irritación y dolor. Además, podría ser una buena técnica cuando un paciente no ejecuta adecuadamente un movimiento o un ejercicio por una alteración del control motor (quirúrgica o no), ya que esta observación de acciones podría influir, tanto para la planificación como para la ejecución en la realización del movimiento.”

Finalmente sugiere que este tipo de tratamientos podría implementarse en la práctica clínica de la fisioterapia tanto en la sanidad pública y privada relativamente fácil, “Simplemente se necesitaría una pantalla de ordenador, tablet, móvil, una TV para poder reproducir las acciones previamente seleccionadas. En el caso de querer profundizar más en el realismo de la propia acción observada, el uso de nuevas tecnologías mediante aplicaciones o inmersión virtual, podrían ser buenas opciones. Otro paso en la implementación clínica sería la formación a los profesionales en su uso y en el conocimiento de los mecanismos neurofisiológicos incluyendo el sistema de neuronas espejo descubierto casualmente en 1996 por el equipo de investigación de Giacomo Rizzolatti”

Conclusión:

A modo de conclusión, la terapia de observación de acciones incluida en un protocolo de tratamiento, podría tener una gran repercusión en pacientes con dolor de cuello crónico por diferentes motivos: el bajo coste, la posibilidad de realizarlo de forma autónoma previo entrenamiento con un fisioterapeuta, la motivación por parte de los pacientes en el uso de este tipo de técnicas y la alta prevalencia de este cuadro clínico.

Sobre este artículo:



Fuente /s:

Lucía de-la-Puente-Ranea, Beatriz García-Calvo, Roy La Touche, Josué Fernández-Carnero, Alfonso Gil-Martínez. Influence of the actions observed on cervical motion in patients with chronic neck pain: a pilot study. Journal of Exercise Rehabilitation 2016; 12(4): 346-354.

Fuente de la Imagen: imagen de NeuroRehabnews.com con fines unicamente ilustrativos.

Para citar este artículo: Beltrán-Alacreu H, La Touche R. Tratamiento del Dolor de Cuello Mediante Observación de Acciones. NeuroRehab News 2016 dic; (1)1: e0002

Edición: Héctor Beltrán Alacreu y Roy La Touche



Héctor
Beltrán
Alacreu