

PAIN IN MOTION

Balancing “hands-on” with “hands-off “ physical therapy interventions for the treatment of central sensitization pain in osteoarthritis: example of communication between patient and therapist in Spanish

Ejemplo de la comunicación entre un fisioterapeuta aplicando educación en neurofisiología del dolor en un paciente anciano con dolor crónico por artrosis de rodilla y sensibilización central como mecanismo dominante del dolor. Obsérvese como el fisioterapeuta cuestiona las creencias biomédicas del paciente y le presenta las razones para aplicarle una combinación de terapia manual y educación en neurofisiología del dolor.

- **Terapeuta (T):** *‘Me gustaría empezar esta sesión preguntándole sobre la causa del dolor en su rodilla. ¿Por qué cree que le duele la rodilla?’*
- **Paciente (P):** *‘Creo que el dolor lo provoca la degeneración del cartílago de mi rodilla. Mi cirujano me lo explicó de esa manera. Lo pude ver yo mismo cuando me mostró la radiografía: ¡no había espacio entre los dos huesos de mi rodilla! Perdona, no puedo recordar el nombre de los huesos, pero lo que pude ver es que estaban rozándose entre ellos. Esa es la razón de mi dolor.’*
- **T:** *‘Le entiendo completamente; su manera de pensar es lógica. Pero, déjeme que le haga una pregunta. Si su manera de pensar fuera totalmente cierta, ¿cómo se explica usted entonces que haya personas que tenga mucha desgaste en sus rodillas, mucho roce, pero en cambio no sienten ningún dolor?’*
- **P:** *‘Pues no lo sé... ¿puede ocurrir*

eso en realidad? Anda, ¿quizá por qué no todo el mundo siente el dolor de la misma manera? Recuerdo haber escuchado o leído algo al respecto. Hay personas que tienden a sentir más o menos el dolor, ¿no?’

- **T:** *‘Sí, esa podría ser una de las razones. Cada persona experimenta el dolor de manera diferente. Pero, déjeme que continúe. Si su manera de pensar sobre el dolor fuera cierta entonces la cirugía, por ejemplo una prótesis total de rodilla, sería como un remedio mágico para la artrosis de rodilla. Debería de eliminar completamente el dolor de rodilla. Sin embargo, ¿cómo se explica usted entonces que algunas personas continúen sintiendo dolor incluso después de la cirugía, si se supone que la fuente del dolor se ha eliminado??’*
- **P:** *‘¿Quizás por qué la cirugía no se ha hecho bien o hay algún tipo de complicación? Un buen amigo mío se tuvo que operar tres veces de la misma rodilla, primero porque se le aflojó y luego por una infección. ¡Y continúa teniendo mucho dolor! No lo puedo entender... ’*
- **T:** *‘Una cirugía fallida o complicaciones después de la operación podrían explicar ese dolor persistente, por supuesto. Pero hay personas que se operan sin complicaciones y continúan teniendo dolor. Por tanto, deben haber otros factores que expliquen el dolor, ¿estás de acuerdo?’*
- **P:** *‘Sí, supongo... pero no entiendo que quiere usted decirme con eso. ¿Quiere usted decir que el cirujano no está en lo cierto, que el dolor de mi rodilla no se debe a la pérdida del cartílago?’*
- **T:** *‘Lo que le estoy intentando decir es que el desgaste del cartílago es en parte responsable de su dolor, pero no la única razón. Por eso, a menudo, encontramos discordancias entre el grado de desgaste del cartílago y la intensidad del dolor que uno siente, o por qué algunas personas continúan sintiendo dolor incluso después de la cirugía.’*
- **P:** *‘De acuerdo, pero entonces... ¿de dónde viene mi dolor si no es de la*

- rodilla? Estoy un poco confuso.'*
- **T:** *'Eso es lo que le vamos a explicar en esta sesión. Lo que sabemos es que en una situación de dolor crónico como la suya su sistema nervioso, que trabaja como un sistema de alarma de su cuerpo, no trabaja de manera correcta. Concretamente, los nervios que transmiten el mensaje de daño desde su rodilla a otras regiones superiores de su cuerpo, como el cerebro, se han sobre-activado o vuelto demasiado sensibles. Esos nervios han estado trabajando durante mucho tiempo, día tras día, mandando mensajes de peligro de lo que estaba ocurriendo en su rodilla hacia arriba. Ahora, después de tanto tiempo trabajando de esa manera, sus nervios se han quedado sensibilizados. Es como si el botón del volumen de su sistema nervioso hubiese subido.'*
 - **P:** *'¿Y qué puedo hacer yo o usted ahora para que eso mejore? No pinta muy bien. Dijo usted, ¿sensi... qué? ¿Tiene cura?'*
 - **T:** *'Sensibilización de sus nervios. Lo que vamos a hacer con el tratamiento es intentar calmar ese exceso de sensibilidad de su sistema nervioso. Para ello, combinaremos algunas sesiones de educación donde le explicaremos con mayor detalle el dolor que usted siente en su rodilla, con una serie de movilizaciones aplicadas sobre su rodilla. Sabemos que ambas intervenciones por separado son capaces de disminuir la sensibilidad de un sistema nervioso sobre-activado como el suyo, así que las usaremos en conjunto. ¿Está conforme?'*
 - **P:** *'Sí, probemos a ver'. 'Yes. Let's try and see.'*

Enrique Lluch Girbés

2014 © Pain in Motion