

CLÍNICA ROTGER Y HOSPITAL QUIRÓNSALUD PALMAPLANAS crean una Unidad para la atención específica de los dolores de Espalda

► LA UNIDAD ESTARÁ DIRIGIDA POR EL DOCTOR MARIO GESTOSO QUE SE INCORPORA A AMBOS CENTROS Y TRABAJARÁ DE FORMA COORDINADA CON LOS SERVICIOS DE NEUROCIRUGÍA, TRAUMATOLOGÍA, REUMATOLOGÍA, REHABILITACIÓN, ANESTESIOLOGÍA Y PSICOLOGÍA PARA OFRECER UN ENFOQUE MULTIDISCIPLINAR

¿Conoces todas las novedades de Quirónsalud en Baleares?



Entra aquí y descubre todas las opciones para el cuidado de tu salud.

Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área "Mi Quirónsalud" de [quironsalud.es](https://www.quironsalud.es), o en nuestra App.

Clínica Rotger
Desde 1961
Grupo Quirónsalud

Hospital Quirónsalud
Palmaplanas

REDACCIÓN. PALMA

■ La Unidad está orientada a pacientes con dolor subagudo o crónico, como cervicalgias, dorso-lumbalgias, ciáticas, producidas por hernias discales, artrosis o estenosis de canal entre otras y que requieren de seguimiento y atención específica y personalizada. De la misma forma, también está abierta a pacientes que acusan molestias o dolor postural, en muchas ocasiones provocado por posturas incorrectas en el puesto de trabajo o por el peso de las mochilas en el caso de los estudiantes.

En la visita inicial el especialista de espalda dialoga con el paciente para recabar información sobre su proceso y las pruebas o tratamientos que ya ha realizado, estudia el origen del dolor, solicita nuevas pruebas diagnósticas que le permitan descartar patologías de mayor gravedad como infecciones, patología tumoral, vascular o metabólica. Incluso dolores relacionados con el área digestiva o ginecológica. En la Unidad se analiza también la situación anímica del paciente que soporta permanentemente un dolor crónico e inicia un trabajo psicológico, farmacológico, conductual y de rehabilitación.

Nuevas pautas para el abordaje del dolor

En general, frente a una crisis aguda de dolor de espalda se recomienda un tiempo de reposo. Las guías actuales indican que, en la medida de lo posible, éste sea lo más breve posible. Dentro de las posibilidades no superior a 48 horas. A partir de este momento, los especialistas aconsejan una actitud activa y bajo supervisión médica la realización de un tipo ejercicio físico terapéutico individualizado que permita evitar la cronicación del dolor.

En este sentido el doctor Mario Gestoso, sostiene que: «Desde un punto de vista psicológico es importante vencer la kinesiofobia o miedo al movimiento». Y además, afirma que: «Generalmente cualquier ejercicio, es mejor que no hacer ninguno».

Si el paciente realiza de forma constante y voluntaria los ejercicios pautados, depende en parte



El Dr. Mario Gestoso en las instalaciones de Clínica Rotger.

QUIRÓNSALUD

Doctor Gestoso: «El 85% de los pacientes que acudan a la unidad de espalda tendrán un buen pronóstico»

► Clínica Rotger y Hospital Quirónsalud Palmaplanas incorporan a su cartera de servicios una Unidad de Espalda, para el estudio específico y correcto diagnóstico del dolor dorsolumbar ► El nuevo servicio estará atendido por el doctor Mario Gestoso especialista en el tratamiento, cura o alivio del dolor en toda la patología músculo esquelética de la espalda.

de la patología, pero en general se obtiene una mejoría o al menos buenos resultados, en aproximadamente 3 meses. En la Unidad se ofrece una alternativa a los pacientes que padecen un dolor crónico

y que ya han intentado varias opciones de tratamiento.

Amplitud de tratamientos y abordaje terapéutico

Desde la Unidad se ofrece a los

pacientes un abordaje multidisciplinar, que engloba diversas perspectivas y alternativas de tratamiento:

Por una parte, abordaje farmacológico del dolor con anal-

Unidad de espalda de Clínica Rotger y Hospital Quirónsalud Palmaplanas una atención personalizada, enfoque multidisciplinar y tratamientos específicos para cada afección de la espalda

«El 85% de los pacientes que acudan a la unidad de espalda tienen un buen pronóstico. El 15% restante puede presentar mayor complejidad y precisarán de un enfoque multidisciplinar que incluya tratamientos conservadores, acudir a la unidad del dolor o bien someterse a una cirugía»

gésicos, la inflamación con antiinflamatorios y la contractura con relajante muscular. Es importante también trabajar la adherencia del paciente al tratamiento.

Psicología del dolor

Según explica el doctor Gestoso: «En esta especialidad es muy importante la relación con el paciente. Se requiere una alta capacidad de empatía». Incluso en aquellos casos en los que por motivos que desconocemos los resultados de las pruebas no se corresponden con la sintomatología dolorosa que expone el paciente. «En estos casos también es importante una intervención médica mínima en la consulta, transmitir al paciente, apoyo, esperanza y credibilidad y en todos los casos, convertir al paciente en agente activo que participa en su recuperación».

La Unidad de Espalda de Clínica Rotger y Hospital Quirónsalud Palmaplanas está abierta a todos los pacientes interesados. Es una apuesta por una atención al dolor desde el punto de vista muscular y neurológico, con una perspectiva multidisciplinar y que incluye apoyo psicológico. Todo con el objetivo de convertir al paciente en un agente activo, y en este sentido se aprovechan también técnicas de psicoterapia, gestión conductual y búsqueda de actitudes positivas frente al dolor. Sin olvidar, que estos objetivos son más asequibles en un paciente que conoce su cuerpo y está bien informado de todo lo que implica su lesión.



El dr. Gestoso con el equipo de rehabilitación.



Área Rehabilitación de Clínica Rotger.

QUIRÓNSALUD