

“Apostamos por una intervención médica mínima y coordinada entre especialidades, por dar apoyo y esperanza al paciente y que sea el protagonista de su recuperación”

Clínica Rotger y Hospital Quirónsalud Palmaplanas crean una Unidad específica de atención a los dolores de Espalda, 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 con un enfoque multidisciplinar, una atención personalizada y tratamientos específicos para cada afección.

REDACCIÓN

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.

Orientada a pacientes con dolor subagudo o crónico

Cervicalgias, dorsolumbalgias, ciáticas, producidas por hernias discales, artrosis o estenosis de canal entre otras y que requieren de seguimiento y atención específica y personalizada. Con especialistas orientados a la búsqueda de nuevos tratamientos que controlen el dolor y en definitiva mejoren la calidad de vida del paciente. De la misma forma, también está abierta a pacientes que acusan molestias o dolor postural, en muchas ocasiones pro-

► El 85% de los pacientes que acudan a la unidad de espalda tienen un buen pronóstico. El 15% restante puede presentar mayor complejidad y, en éste caso, precisarán de un enfoque multidisciplinar



Mario Gestoso.

vocado 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 kinesiophobia o miedo al movimiento”. Y, además, afirma que: “Generalmente cualquier ejercicio, es mejor que no hacer ninguno”.

En la Unidad se ofrece una alternativa a los pacientes que padecen un dolor crónico y que ya han intentado varias opciones de tratamiento. Con el tratamiento, en general se obtiene una mejora o al menos buenos resultados, en aproximadamente 3 meses, sin embargo, en función de la evolución de cada paciente y sus necesidades se realiza un seguimiento cada 15, 30 o 90 días o incluso personalizado si fuera necesario. Siempre con el objetivo de seguir de cerca la evolución del paciente y sobre todo sus impresiones.

Amplitud de tratamientos y abordaje terapéutico

Desde la Unidad se ofrece a los pacientes un abordaje multidisciplinar, que engloba diversas alternativas de tratamiento:

Por una parte, abordaje farmacológico del dolor con analgésicos, la inflamación con antiinflamatorios y la contractura con relajante muscular. Es importante también trabajar la adherencia del paciente al tratamiento. Desde esta perspectiva, existen diferentes opciones de analgesia, por ejemplo, por vía transdérmica tópica, o mediante la utilización de parches que actúan en puntos de dolor localizado.

El dolor es un fenómeno

neurrológico provocado, por ejemplo, porque algunas estructuras comprimen nerviosas y liberan sustancias mediadoras del dolor. En este caso, deben estudiarse otro tipo de estrategias terapéuticas. Otro reducto de dolor que debe analizarse es el residual que permanece cuando un paciente que ya ha sido tratado por otros especialistas remite molestias que pueden venir provocadas por el sufrimiento neurrológico que han padecido algunos nervios y que transcurrido un tiempo se han visto afectados.

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 desconoce-

mos los resultados de las pruebas no se corresponden con la sintomatología dolorosa que expone el paciente. El especialista de la Unidad de Espalda incide en que: “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 neuropático, 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 doctor Gestoso, con el equipo de Rehabilitación.