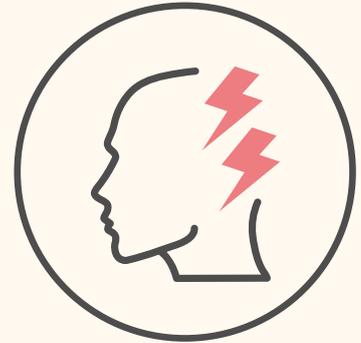




EL DOLOR NEUROPÁTICO



Después de una lesión medular puede ser habitual experimentar dolor, tanto mecánico como neuropático.

Una persona puede tener distintos tipos de dolor a la vez, por lo tanto, comprender qué tipo de dolor tiene es clave para elegir el tratamiento adecuado y determinar las actividades físicas y de rehabilitación que puede realizar.



¿QUÉ ES EL DOLOR NEUROPÁTICO?

Es el dolor que se genera por una lesión en el sistema nervioso central (cerebro y médula espinal) o periférico (nervios).



¿CÓMO SE MANIFIESTA EL DOLOR NEUROPÁTICO EN EL CUERPO?

El dolor neuropático puede percibirse como sensación de quemazón o frío intenso, escozor, hormigueo, descargas eléctricas, adormecimiento y/o entumecimiento, acorchamiento, pesadez excesiva, falta de sensibilidad, hipersensibilidad, presión, picor, sensación de agujas, etc.

El dolor se manifiesta tanto al nivel como por debajo de la lesión medular, incluso en personas con una lesión completa.

Un fenómeno típico asociado al dolor neuropático es la alodinia que representa una sensación de dolor provocado por estímulos que normales no son dolorosos (calor, tacto, roce).

El dolor neuropático normalmente es crónico y variable por lo que las personas pueden experimentar diferentes tipos de dolor a la vez.





¿CÓMO AFECTA EN LA CALIDAD DE VIDA?

El dolor neuropático puede resultar incapacitante para la persona que lo sufre y también puede afectar gravemente al estado emocional y a las actividades básicas de la vida diaria, pudiendo llegar a crear ansiedad, depresión, estrés o insomnio.

Las actividades o posturas no influyen en su intensidad, sin embargo, el estrés, la fatiga, el insomnio, los cambios de temperatura, la espasticidad y los espasmos, el consumo de alcohol y tabaco pueden empeorarlo.

Por ello es muy importante seguir las indicaciones de los profesionales de la salud y así evitar todos los problemas que puede generar.



¿QUÉ TRATAMIENTOS HAY PARA EL DOLOR NEUROPÁTICO?

Existen varios tratamientos avanzados para controlar el dolor neuropático, pero no siempre se consigue un control completo de los síntomas.

Los objetivos del tratamiento son:

- controlar mejor el dolor
- conseguir periodos sin dolor más largos
- reducir la severidad de los ataques de dolor.

Por otro lado, es importante la evaluación y control de los síntomas de ansiedad, depresión o insomnio asociados.

Tratamiento farmacológico

Es complejo y puede incluir uno o varios medicamentos.

- Los fármacos que han demostrado su eficacia contra el dolor incluyen: medicamentos antiepilépticos (gabapentina, pregabalina)
- antidepresivos (amitriptilina, nortriptilina, venlafaxina y duloxetina)
- opioides (tramadol, tapentadol)
- tratamientos tópicos (lidocaína, capsaicina).

Hay que tener en cuenta que el efecto de estos medicamentos no es inmediato y lo más probable es que el profesional médico tendrá que ajustar las dosis a lo largo de varias semanas para llegar a la dosis terapéutica y un control satisfactorio del dolor. Si el medicamento no es eficaz este se sustituirá por otro.





No tomarse algunas dosis de medicamento, esperar demasiado a tomarla o tomarlo antes de hora puede hacer perder eficacia al analgésico.

Es recomendable mantener un contacto periódico con el profesional médico para evaluar la eficacia del tratamiento y ajustar las dosis.

En el caso de que experimentar algún efecto secundario contactar con el médico/a antes de suspender el tratamiento.

En general es más eficaz prevenir el dolor que tomar el medicamento cuando se tiene una crisis.

Tratamiento no farmacológico

La terapia psicológica puede ayudar a disminuir los efectos del estrés asociado al dolor ya que no solo es una experiencia física; también es una experiencia emocional que se "elabora" en el cerebro. Por lo tanto, al tratamiento farmacológico podrían asociarse técnicas de afrontamiento, técnicas de relajación a través de diferentes actividades: música, lectura, yoga, pintura, meditación, etc.

La actividad física y la terapia ocupacional pueden ayudar a mantenerse activo, prevenir las complicaciones del sedentarismo y mejorar el control del dolor mediante la activación de los sistemas endógenos de analgesia. Además, de dar la oportunidad de distraerse consiguiendo que el dolor pase a un segundo plano.

La estimulación cerebral no invasiva por corriente directa y la realidad virtual permiten modular la actividad de áreas del cerebro implicadas en el control del dolor.

Tratamientos con ketamina, la estimulación cerebral no invasiva, el estimulador medular y las bombas de infusión intratecal de morfina son reservados para casos de dolor severo en los que el tratamiento farmacológico haya fracasado.

El tratamiento del dolor neuropático es largo y se ha de realizar de forma continuada, sin interrupciones.





¿CÓMO VALORAR EL DOLOR?

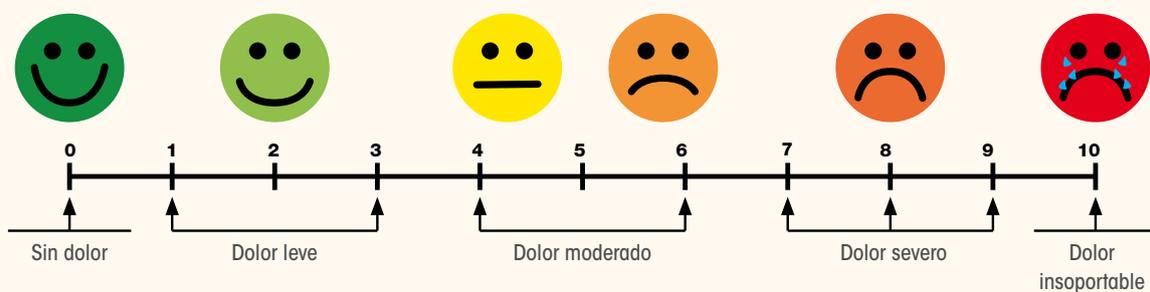
Las escalas de valoración del dolor valoran la intensidad de dolor que una persona presenta.

La valoración es subjetiva, por lo que solo la persona sabe el dolor que presenta.

Las escalas más utilizadas son:

Escala de caras

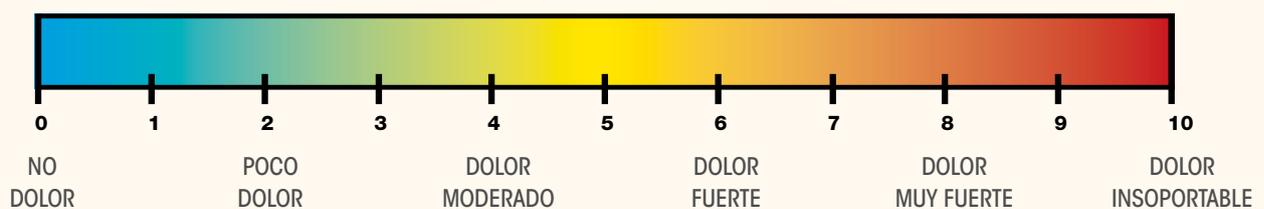
Se debe de elegir la cara que más corresponda con el dolor que presenta en el momento que realiza la valoración.



Escala Visual Analógica (EVA)

Consiste en una línea de 10cm en la que en sus extremos podemos ver las anotaciones, dolor leve y dolor intenso.

Se debe de elegir en la línea el recorrido que más se aproxima al dolor que presenta.





ATENCIÓN

- Si existe dolor neuropático comunicarlo a su médico o enfermera/o.
- No interrumpir el tratamiento sin consultarlo antes con su profesional de la salud.
- Si hay efectos adversos en la medicación comunicarlo al profesional de la salud.
- Si cree que manifiesta algún trastorno psicológico comuníquelo a su médico o enfermero/a, quien velará por su salud y realizará la consulta al profesional médico adecuado.
- Es importante establecer una estrecha comunicación con el equipo médico y personal asistencial para evitar errores, explicar síntomas y resolver dudas.
- No tema a tomar medicación analgésica, si está pautada por su médico es porque la necesita.

Si necesita más información sobre el diagnóstico y tratamiento del dolor neuropático visita la [Clínica de Fibromialgia y Dolor Neuropático](#) de Guttman Barcelona Instituto de Salud Cerebral y Neurorehabilitación.

Anotaciones:
