



# Educación en neurociencia del dolor para el abordaje del dolor persistente

**Uzt. 13 2022**

**Kod. 013-22**

**Mod.:**

Aurrez aurrekoa

**Edizioa**

2022

**Jarduera mota**

Uda Ikastaroa

**Data**

Uzt. 13 2022

**Kokalekua**

Miramar Jauregia

**Hizkuntzak**

Gaztelera

**Balio akademikoa**

10 ordu

**Antolakuntza Batzordea**



## Azalpena

Min kronikoa edo iraunkorra da egoera kliniko edo gaixotasun multzo baten sintoma nagusia. Gaixotasun horietan, sintomak ez dute korrelaziorik ehun alterazioekin: sintomak biziak badira ere, ehunetan ez da ageri organismoan eragin dezakeen alteraziorik. Ez dago argi zeintzuk diren sintomak iraunarazten dituzten mekanismoak. Azken urteetan, minaren kronifikazioaren zio gisa planteatzen ari da alarma balorazio bat, inkontzientea eta iraunkorra, nerbio sistema zentralean (NSZ), nahiz eta kasu honetan ez egon ehunei dagokienez hori justifikatuko duen ziorik. Gerta daiteke lesio edo gaixotasun jakin baten ondoren, minak desagertu egin beharko lukeenean ehunetako alterazioak osatu ondoren, eta horixe gertatzen da herpesaren ondoren, istripu edo lesio larri batzuen ondoren, edo COVIDa bezalako infekzioen ondoren. Edo gerta daiteke ere inolako lesiorik gertatu gabe; hala nola migrainaren eta fibromialgiaren kasuan.

Egoera horietan, gida klinikoek eta azken urteetan argitaratutako azterlanek adierazten dute zeintzuk diren neurri gomendagarriak min iraunkorra duten pazienteak artatzeko: informazioa ematea, mugitzea eta ariketa fisikoa gomendatzea, proba diagnostikoak mugatzea, baita farmakoen erabilera ere, bakar batek ere ez duelako erakutsi sintomak arintzeko guztiz eraginkorra denik. Hala eta guztiz ere, gure inguruan, ohikoa da osasun profesionalek kontuan ez hartzea aholku horiek. Proba asko egiten dira, kausak bilatu nahian mina dugun lekuan, informazio gutxi ematen da, mediku/paziente harremana okertzen da, farmako ugari erabiltzen dira, eta ez da gomendatzen ariketa sistematikoki egitea.

izanik ohiko baliabide terapeutikoen eraginkortasun eskasa min iraunkorra duten pazienteen egoera hobetzeko orduan, esku hartze ugari aztertzen ari dira, emaitza hobeak lortze aldera. Minaren Neurozientziako Hezkuntzak (ingelesez, Pain Neuroscience Education, PNE) emaitza onak izan ditu bizkarreko min kronikoan, migrainan eta fibromialgian.

Egoera horietan dauden pertsonentzat, PNE oinarritutako esku hartze bat erabiltzen da, taldekakoa, Lehen Mailako Arretan. PNE edukiaz gainera, esku hartzeak hipotesi kausal bat ematen du, zeinaren arabera, ehun kalte korrelazionaturik ez duten sintomak agertzen diren kasuetan, lehen aipatutako osasun aditu askoren mezu indartsuak, bat ez datorrena egungo ezagutza zientifikoarekin, erraztu egiten duen pazienteen Nerbio Sistema Zentralak (NSZ) mehatxu gisa baloratzea. Eta mehatxu balorazio "oker" horrek NSZ bultzatuko luke ustez babesleak diren sintomen proiektzio batera. PNE oinarritutako informazioak leheneratu egin dezake mehatxu balorazio hori, eta sintomak hobetzen edo desagerrarazten ditu.

Beraz, edukia interesgarria da gizarte osoarentzat eta, are interesgarriagoa, osasun kolektiboarentzat, sarritan min kronikoa tratatzen dugulako egungo ezagutza zientifikoarekin bat ez datozen estrategien bidez, mina dugun lekuan zentratuz, eta sarritan oso gogobetegarriak ez diren osagile/paziente harremanak ezarriz. Fisiopatologiari eta min kronikoa maneiatzeari buruzko ezagutzak tresna egokiak emango dizkigu ohiko jarduera klinikorako.

## Helburuak

Sintomak (kronifikatzen den mina edo beste sintoma batzuk) ehun lesioekin korrelaziorik ez duten egoera klinikoak identifikatzea.

Entzuleria ez-espezialista bati egokitutako terminologia erabiliz, minaren fisiologiaren oinarritzko kontzeptuak ulertzea, baita mina kronifikatzen duten mekanismoak (biologikoak, fisiologikoak) ere.

Kronifikazioa errazten duten elementuak ezagutzea.

Min kronikoa desagerrarazteko estrategiak ezagutzea.

## Ikastaroaren laguntzaile espezifikoak



# Programa

**2022-07-13**

09:00 - 09:15	Registro
09:15 - 09:25	Jardueraren zuzendaritzaren aurkezpena <b>María Muñoa Capron-Manieux</b>   Osakidetza - Médica de familia
09:25 - 11:30	“Educación en neurociencia del dolor para el abordaje del dolor persistente (I)” <b>Ainhoa Pikaza Uriarte</b>   OSI Bilbao Basurto. Osakidetza - Enfermera de atención Primaria, en centro de salud de Irala (Bilbao), <b>María Muñoa Capron-Manieux</b>   Osakidetza--UPV/EHU - Médica de familia-profesora <b>Amaia Etxebarria Barrenetxea</b>   Osakidetza - Fisioterapeuta
11:30 - 12:00	Atsedena
12:00 - 13:50	“Educación en neurociencia del dolor para el abordaje del dolor persistente (II)” <b>Ainhoa Pikaza Uriarte</b>   OSI Bilbao Basurto. Osakidetza - Enfermera de atención Primaria, en centro de salud de Irala (Bilbao), <b>María Muñoa Capron-Manieux</b>   Osakidetza - Médica de familia <b>Amaia Etxebarria Barrenetxea</b>   Osakidetza - Fisioterapeuta
13:50 - 14:00	Sintesia

## Zuzendaritza



### **María Muñoa Capron-Manieux**

UPV/EHU, Profesora asociada

---

médica de familia Centro de Salud Alango, Getxo (bizkaia) profesora universidad UPV/EHU doctora en medicina por la UPV/EHU miembro del grupo de trabajo de abordaje para el dolor persistente, de Osatzen, sociedad vasca de medicina familiar y comunitaria. docente de cursos para pacientes de abordaje del dolor persistente.

## **Irakasleak**



### **Amaia Etxebarria Barrenetxea**

---

fisioterapeuta (Hospital de Cruces, Bizkaia) miembro del grupo de trabajo de abordaje para el dolor persistente, de Osatzen, sociedad vasca de medicina familiar y comunitaria. docente de cursos para pacientes de abordaje del dolor persistente. (bizkaia)



### **Ainhoa Pikaza Uriarte**

Osakidetza

---

# Matrikula prezioak

AURREZ AURRE	2022-07-05 ARTE	2022-07-13 ARTE
OSAKIDETZAKO GONBIDATUAK	0 EUR	-
<a href="#">Orokorra</a>	-	45,00 EUR
<a href="#">Matrikula murriztua orokorra</a>	-	38,00 EUR
<a href="#">Matrikula exentzia</a>	-	32,00 EUR
<a href="#">Osasuna, pertsonetikiko konpromisoa</a>	-	11,25 EUR

# **Kokalekua**

## **Miramar Jauregia**

Mirakontxa pasealekua 48, 20007 Donostia

Gipuzkoa