

ABORDAJE CLÍNICO DEL DOLOR CERVICAL Y CEFALEA

1. ¿QUÉ ES SPINE & CONTROL®?

Spine & Control® es un grupo de investigación y formación constituido por fisioterapeutas especializados, cuyo objetivo es mostrar una propuesta de clasificación y abordaje que integra el conocimiento más actual para el manejo de pacientes con problemas asociados a la columna vertebral. La formación S&C tiene como pilar fundamental la práctica basada en la evidencia y ofrece al alumno una visión muy completa y enfocada a conseguir el mejor tratamiento para cada persona con un enfoque biopsicosocial del dolor.

2. ¿POR QUÉ FORMARSE EN EL MANEJO DEL DOLOR CERVICAL Y LA CEFALEA?

El dolor cervical es uno de los trastornos musculoesqueléticos más frecuentes que solemos ver los fisioterapeutas en nuestras consultas. Este puede afectar hasta el 70% de las personas en algún momento de su vida y su prevalencia se sitúa entre el 10% y el 20% en la población actual. Además, hasta en un 60% de los casos, este problema puede llegar a prolongarse en el tiempo con su discapacidad asociada. Durante esta formación se dotará al fisioterapeuta de numerosas herramientas de valoración y tratamiento mediante educación, terapia manual y ejercicio terapéutico para abordar con garantías de éxito a los pacientes con dolor cervical. Por otro lado, La cefalea cervicogénica hace referencia a la cefalea derivada de una disfunción musculoesquelética de la columna cervical, sobre todo de los tres segmentos cervicales superiores (Bogduk, 1994; Jull 2002, Zito, 2005), y constituye alrededor del 15-20% de todas las cefaleas crónicas y recurrentes (Nilsson, 1995). Sjaastad (1983) fue quien definió el concepto “cefalea cervicogénica” que tanta controversia ha ocasionado debido al solapamiento de síntomas con la migraña y la cefalea tensional y a la inexistencia de un “gold standar” de fácil aplicación para su diagnóstico clínico. A pesar de que la CCG conforma un porcentaje muy bajo del total de cefaleas según la Clasificación Internacional de Cefaleas (IHS, 2013), los fisioterapeutas músculo-esqueléticos sabemos que este porcentaje es mucho mayor ya que los profesionales que deciden estos datos no son especialistas en valorar la implicación mecánica de la columna cervical en este tipo de trastorno. Por tanto, los pacientes desamparados por falta de un diagnóstico clínico preciso necesitan al fisioterapeuta, profesional que tiene mucho que decir a nivel clínico dentro de este campo de conocimiento.

3. Objetivos

- a. **¿CUÁL ES EL OBJETIVO PRINCIPAL DE LA FORMACIÓN?** Que los asistentes conozcan la evidencia y actualidad acerca del dolor cervical y la cefalea para integrarlo en su práctica clínica como fisioterapeutas.

b. **¿CUÁLES SON LOS OBJETIVOS ESPECÍFICOS?**

- i. Integrar el razonamiento clínico como base fundamental de intervención.
- ii. Conocer las principales banderas rojas y amarillas a tener en cuenta en pacientes con dolor cervical.
- iii. Conocer la necesidad de clasificar a los pacientes con dolor cervical para mejorar nuestros resultados terapéuticos e integrar una nueva propuesta de clasificación.
- iv. Realizar una historia clínica detallada y muy estructurada.
- v. Aprender cómo diferenciar un mareo cervicogénico de otros trastornos de origen vestibular.
- vi. Aprender diferentes técnicas de terapia manual basadas en la evidencia.
- vii. Aprender a pautar ejercicio terapéutico en pacientes con dolor cervical y/o cefalea.

4. **PROGRAMA (20 horas) Módulo**

• **Viernes Tarde (16:00 a 21:00h)**

- Epidemiología del dolor cervical.
- Anatomía funcional y biomecánica de la columna cervical.
- Factores de riesgo en el dolor cervical.
- Clasificación del dolor cervical. Evidencia actual.
- Propuesta de algoritmo integrado de clasificación en subgrupos clínicos.
- Modificación de síntomas como estrategia de comunicación.
- Banderas rojas y factores psicosociales implicados en dolor cervical.

La historia clínica S&C

- Sistemática para la elaboración de categorías de hipótesis. Historia clínica S&C.
- Patrones clínicos más frecuentes.
- Planificación de la exploración física.

Procedimiento de valoración y tratamiento S&C

- Exploración neuro-ortopédica: exploración neurológica básica, pares craneales, pruebas de integridad articular cervical superior, cluster para radiculopatía y neurodinámica clínica (ULNT-1).
- Inspección y corrección postural de la columna cervico-torácica y cintura escapular.

- **Sábado Mañana (9:00 a 14:00h)**

Subgrupo modulación de síntomas

- Movimientos analíticos. Medidas de referencia para revaloración. Relevancia clínica e interpretación de hallazgos. Selección del paciente candidato a terapia manual.
- Efectos de la terapia manual basados en la evidencia.
- Dosificación de carga en terapia manual. Grados y diagramas de movimiento.
- Procedimiento para modificación de síntomas en pacientes con dolor cervical con o sin irradiación a miembros superiores. Terapia Manual en columna cervical y torácica.

- **Sábado tarde (15:30 a 20:30h)**

Subgrupo control de movimiento

- Alteraciones sensoriomotoras y de control del movimiento en la columna cervical. Evidencia actual.
- Movimientos analíticos columna cervical y cintura escapular. Patrones aberrantes.
- Diagnóstico diferencial mareo cervicogénico vs vértigo central y/o vestibular.
- Procedimiento para control de movimiento en la columna cervical y cintura escapular.
- Propuesta de programa de control motor y ejercicio terapéutico. Musculatura cervical y axioescapular.
- Fases y principios del entrenamiento funcional para el complejo axio-escápulo-humeral.

- **Domingo mañana (9:00 a 14:00h)**

Subgrupo cefalea

- Clasificación del dolor de cabeza.
- Banderas rojas en el dolor de cabeza.
- Implicación de la columna cervical en la cefalea.
- Neurofisiología del núcleo trigémino-cervical.
- Procedimiento para valoración y tratamiento de la cefalea cervicogénica.
- Caso clínico con paciente real. Exposición y discusión del razonamiento clínico.
- Conclusiones del curso