

LESIÓN CEREBRAL Y DOLOR CRÓNICO



El dolor es la condición médica crónica más común reportada por las personas con Lesión Cerebral Traumática (TBI, por sus siglas en inglés).

Más del 50%



Más del 50% de las personas con Lesión Cerebral Traumática (TBI) desarrollan dolor crónico

11 veces



Las personas con Lesión Cerebral Traumática (TBI) tienen un riesgo once veces mayor de sobredosis accidental



Los problemas comunes después de una lesión cerebral, tal como la falta de buen juicio y de memoria, y el aumento de la impulsividad, dificultan el autocontrol del consumo de drogas psicoactivas y aumentan la probabilidad de sobredosis.

LAS MEJORES PRÁCTICAS

Los proveedores especializados en el tratamiento del Dolor Crónico deberían:

- **EXAMINAR** si hay antecedentes de Lesión Cerebral
- **EVALUAR** el deterioro cognitivo y funcional
- **CAPACITAR** al personal sobre las Lesiones Cerebrales
- **SUMINISTRAR INFORMACIÓN** a la persona acerca de su Lesión Cerebral
- **PROPORCIONAR** y **ENSEÑAR** adaptaciones
- **CONECTAR** la persona atendida con Recursos Comunitarios

PROBLEMAS COMUNES

Después de una Lesión Cerebral, frecuentemente vemos problemas con:

- La atención, la memoria y los nuevos aprendizajes
- La velocidad de procesamiento más lenta
- La organización, la resolución de problemas y la impulsividad
- Irritabilidad, frustración y agitación
- Equilibrio, mareos y dolores de cabeza
- Escasa conciencia de los déficits y las dificultades
- Dificultad para ser flexible, autoseguimiento deficiente

QUÉ BUSCAR

Los proveedores especializados en el tratamiento del Dolor Crónico podrían ver:

- Personas que parecen desinteresadas porque no pueden prestar atención.
- No asistencia a las citas
- Apariencia de incumplimiento porque ellos no pueden recordar las dosis ni los horarios de toma de los medicamentos
- Lentitud para seguir instrucciones porque ellos no pueden procesarlas rápidamente
- Caídas y lesiones frecuentes
- Dificultad para reintegrarse en la comunidad debido a los cambios cognitivos
- Se queda estancado en una idea o en una manera de hacer algo, no reconoce los errores

Se estima que 50 millones de adultos en Estados Unidos sufrieron dolor crónico (es decir, dolor que dura más de 3 meses) en 2016, lo que generó costos considerables de atención médica y pérdida de productividad. - CDC.gov

Adaptaciones comunes para las dificultades por Lesión Cerebral

He aquí algunas adaptaciones comunes y sencillas:

- Trabajar por periodos de tiempo más cortos
- Eliminar las distracciones a tu alrededor, tal como el ruido o el movimiento
- Tomar notas (en papel, en una libreta, en un teléfono o computadora)
- Usar un teléfono para establecer alarmas para recordar citas y horarios de toma de medicamentos; proporcionar un cronograma para escribir marcas de verificación de toma de medicamentos para evitar que la persona olvide que ya ha tomado un medicamento
- Repetir información a la persona
- Hablar más despacio; darles más tiempo para responder
- Proporcionar una lista escrita de estrategias sin medicamentos para evitar o reducir el dolor
- Enseñar a la persona a respirar profundo cuando se sienta enojada o ansiosa

Tomar nota

Herramientas para las mejores prácticas

Herramienta de estrategias y adaptaciones de Brain Links: <https://www.tndisability.org/rehabilitation>

Cuestionario sobre síntomas: <https://mindsourcelcolorado.org/adult-symptom-questionnaire/>

Guía de estrategias cognitivas: <https://mindsourcelcolorado.org/wp-content/uploads/2019/05/Strategies-and-Accommodations-Guidebook-CJ-Professionals-5.6.19.pdf>

Recursos de exámenes para lesiones cerebrales:

- **Método de identificación de Lesión Cerebral Traumática (TBI = Traumatic Brain Injury) de OSU:** <https://wexnermedical.osu.edu/neurological-institute/neuroscience-research-institute/research-centers/ohio-valley-center-for-brain-injury-prevention-and-rehabilitation/osu-tbi-id>
- **OBISSS de NASHIA:** <https://www.nashia.org/obissprogram>



Recursos de Tennessee

Sitio web de Brain Links con muchos recursos:

<https://www.tndisability.org/brain>

Conjuntos de herramientas de Brain Links (para profesionales de servicios y para sobrevivientes):

<https://www.tndisability.org/brain-toolkits>

Programa para TBI (Traumatic Brain Injury = Lesión Cerebral Traumática) del Departamento de Salud de TN:

<https://tinyurl.com/3v5jrtd3>



Páginas de recursos y capacitación con respecto a Lesiones Cerebrales de Tennessee Brighter Futures:

<https://www.tndisability.org/tbf-brain-injury>



Páginas de recursos y capacitación con respecto al Dolor Crónico:

<https://www.tndisability.org/tbf-pain>

TN Brighter Futures es organizado y dirigido por Brain Links a través de un contrato del Programa para TBI del Departamento de Salud de TN.



Recursos sobre el dolor

Referencias:

- Hammond, F. M., Barrett, R. S., Shea, T., y otros. (2015). Uso de medicamentos psicotrópicos durante la rehabilitación hospitalaria por lesión cerebral traumática. Archivos de Medicina y Rehabilitación Física, 96 (8Suppl 3): S256-73. 16.
- Hammond, F. M., Dams-O'Connor, K, Ketchum J, y otros (2018). Estudio de mortalidad secundaria a intoxicación accidental después de rehabilitación hospitalaria por lesión cerebral traumática: Un estudio de sistemas modelo de lesión cerebral traumática de NIDILRR.
- John D. Corrigan y Rachel Sayko Adams (2019). La interrelación del historial de lesiones cerebrales traumáticas y la crisis por los opioides. Conductas adictivas; 90: 143-145. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2018.10.030>

