

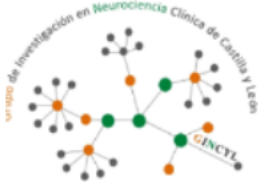
INTERVENCIÓN DE LA TERAPIA OCUPACIONAL
EN EL ABORDAJE DEL DOLOR CRÓNICO: REVISIÓN SISTEMÁTICA

- Nieto Ramiro, María Fernanda IP. *Terapeuta ocupacional. . (Académica corresponsal Real Academia de Medicina y Cirugía de Valladolid nº290)*
Universidad de Valladolid- Unidad del Dolor de Valladolid (UDOVA) Alianza estratégica del Hospital Clínico del Río Hortega y Hospital Clínico Universitario.
- Arrabal Corpas, Paloma de la Luz. *Médico del trabajo. Hospital Clínico del Río Hortega(Valladolid)*
- Jimeno Bulnes, Natalia. *Médico psiquiatra. Universidad de Valladolid.*

- Ortega Ladrón de Cegama, Enrique. *Médico anestesista. Unidad del Dolor de Valladolid (UDOVA) Alianza estratégica del Hospital Clínico del Río Hortega y Hospital Clínico Universitario de Valladolid.*
- Vargas Aragón, Martín Lorenzo. *Médico psiquiatra. Unidad del Dolor de Valladolid (UDOVA) Alianza estratégica del Hospital Clínico del Río Hortega y Hospital Clínico Universitario de Valladolid.*



Universidad deValladolid



INTRODUCCIÓN

La **terapia ocupacional** es una disciplina sanitaria y social que, desde un enfoque centrado en la persona, tiene como objetivo capacitar y/o habilitar la participación y el desempeño en las actividades de la vida diaria, promover la salud y la autonomía, así como el bienestar y la justicia social. Estos fines se persiguen mediante la utilización de la **ocupación** y la **actividad significativa** y **propositiva**, así como la **adaptación** y **modificación del entorno**, pudiendo integrarse otras técnicas de tratamiento complementarias, tal como recoge el Código Deontológico de la disciplina (Consejo General de Colegios de Terapeutas Ocupacionales [CGCTO], 2020).

Con el fin de comprender la amplitud del fenómeno ocupacional, la **American Occupational Therapy Association (AOTA)** identifica nueve áreas fundamentales: Actividades de la Vida Diaria (AVD), Actividades Instrumentales de la Vida Diaria (AIVD), gestión de la salud, descanso y sueño, educación, trabajo, juego, ocio o tiempo libre, y participación social (AOTA, 2020). En el caso del dolor crónico, más allá del impacto en la dimensión laboral (Gatchel et al., 2014), **se evidencia una afectación transversal de todas estas áreas**, con importantes implicaciones tanto en el plano personal como en el estado general de salud, y en términos de costes económicos (Cabo-Meseguer et al., 2017).

La **intervención** de terapia ocupacional en el contexto del dolor crónico se orienta a facilitar que las personas puedan **retomar la participación** en aquellas actividades que consideran valiosas y significativas, a pesar del dolor y puede incluir estrategias como la gestión y adaptación de actividades, el desarrollo de técnicas de afrontamiento, la rehabilitación vocacional, y el acompañamiento en diferentes contextos vitales como el hogar, la escuela o el entorno laboral, además del entorno clínico (Hill, 2016). Esta participación funcional está en consonancia con la Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud (CIF), que entiende la **participación como la implicación en situaciones vitales** tales como actividades sociales, laborales o recreativas (OMS, 2001). Se trata de una **perspectiva coherente con la evidencia científica que respalda la estrecha relación entre ocupación y salud** (Lagueux et al., 2018).

En el contexto español, investigaciones recientes en el ámbito del dolor crónico se constata la ausencia frecuente de perfiles profesionales como terapeutas ocupacionales, entre otros (Polo-Santos et al., 2021) y el **Libro Blanco del Dolor** en España propone **Unidades Multidisciplinares de Estudio y Tratamiento del Dolor (Nivel IV)**, integradas por profesionales médicos de distintas especialidades junto a **personal sanitario no médico, entre los que se mencionan a los terapeutas ocupacionales** como profesionales con formación en medicina del dolor.

Finalmente, a partir del trabajo de Hesselstrand (Hesselstrand et al. 2015), esta revisión sistemática pretende actualizar y contextualizar la evidencia sobre la intervención de terapia ocupacional en el dolor crónico durante la década posterior.

OBJETIVOS

OBJETIVO: examinar la calidad de los estudios que describen o evalúan el efecto de las intervenciones de Terapia Ocupacional (TO) en adultos con dolor crónico.

Pregunta de investigación: ¿Cuál es el nivel de evidencia de los estudios que describen y evalúan el efecto de las intervenciones de terapia ocupacional, exclusivamente, en adultos con dolor crónico?

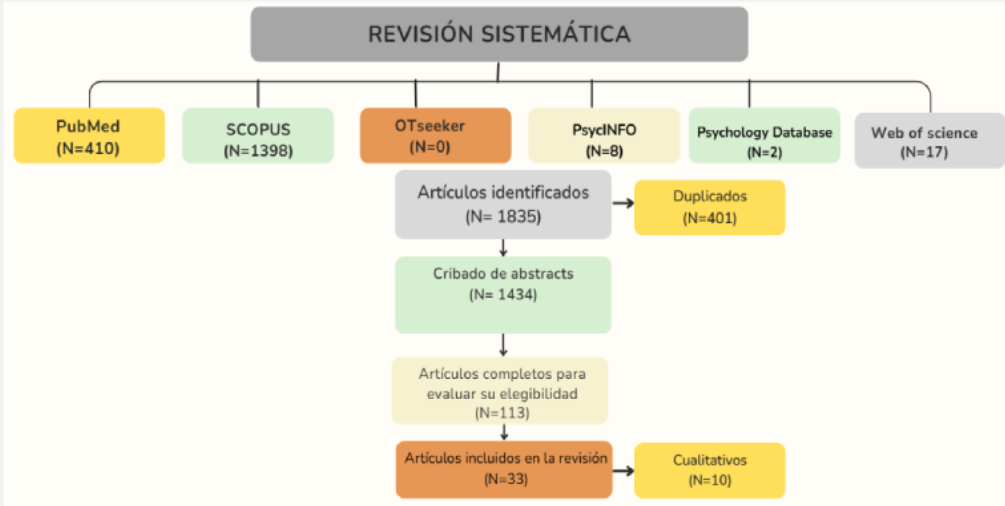
MÉTODO

Esta revisión sistemática se ha realizado siguiendo los criterios "Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses" (PRISMA).

Niveles de evidencia Scottish Intercollegiate Guidelines Network (SIGN). 1- Metaanálisis. 2- Revisiones sistemáticas. 3- Ensayos clínicos. 4- Cohortes. 5- Casos y controles. 6- Revisiones narrativas.

Estrategia de búsqueda: ("occupational therapy" OR "occupation") AND ("chronic pain" OR "long-term pain" OR "musculoskeletal pain" OR "low back pain" OR "fibromyalgia" OR "whiplash").
Enero de 2014 - diciembre de 2024.
Español, inglés, portugués, italiano, francés
6 bases de datos (Pubmed, Scopus, OTseeker, PsycINFO, Psychology Database y Web of Science).
→ Rayyan (Software descrito).

RESULTADOS

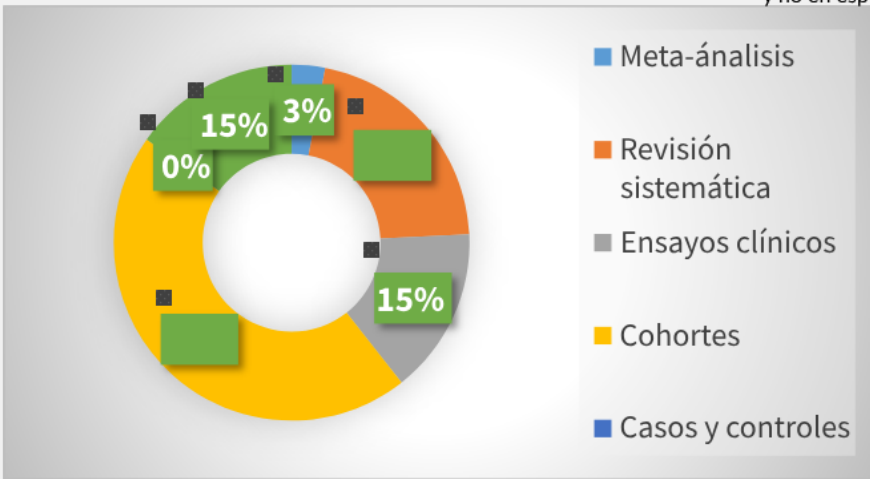


→ **Criterios de inclusión:**

- Intervención de terapia ocupacional en pacientes con dolor crónico.
- Personas diagnosticadas con dolor crónico (es decir, más de 3 meses de duración).
- Edades entre 18 y 65 años

→ **Criterios de exclusión:**

- Artritis reumatoide (Por síntomas relacionados con este diagnóstico, con el fin de mantener la coherencia interna con respecto al dolor crónico).
- Artículos que los resultados de la rehabilitación multidisciplinar en general, y no en específicas intervenciones de TO.



CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN

La **evidencia científica** disponible sobre intervenciones de terapia ocupacional en el abordaje del dolor crónico sigue siendo **limitada**. De los estudios revisados, únicamente uno corresponde a un metaanálisis, mientras que los **diseños de cohortes constituyen el nivel de evidencia más habitual**.

Asimismo, el volumen de publicaciones en la **última década no muestra un incremento significativo** respecto al reportado por Hesselstrand et al. (2015).

El análisis bibliográfico revela una notable presencia de trabajos centrados en la **ocupación**, particularmente en el ámbito laboral, aunque con una participación escasa de terapeutas ocupacionales en las intervenciones descritas.

Como proyección futura, se plantea la **incorporación de metodologías cualitativas** en la investigación sobre dolor crónico. Estas permiten ampliar la **comprensión del fenómeno desde una perspectiva subjetiva y contextual**, y se presenta así como una herramienta valiosa para enriquecer el **abordaje integral** del dolor en el marco de la medicina contemporánea y del modelo biopsicosocial.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

