

TREBALL D'EDUCACIÓ FARMACÈUTICA ADREÇAT AL PACIENT AMB DOLOR CRÒNIC



Patricia Bonhome
Almudena Conesa
Marc De Dalmases
Meritzell De Miguel
Xavier Esteban
Daniel Franquesa
Olga García
Cristian García
Elisabet Ginebra
María Hernando
David Lara

Toni Miró
M. Teresa Morer
Míriam Rodríguez
Daniel Ruiz
Andrea San Gil
Anabel Santos
Sara Sanz
Beatriz Serna
Oriol Aleix Solsona
Leif Thorson
Carla Triguero

Juny 2018 Torn B
Estades en Pràctiques Tutelades Curs 2017-2018

UCD BARCELONA NORD

PROFESSORA ASSOCIADA: MONTSERRAT IRACHETA

COORDINADORA: DRA MARIAN MARCH



UNIVERSITAT DE
BARCELONA





ÍNDEX

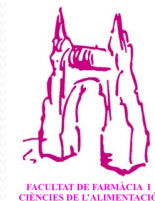
1. INTRODUCCIÓ
2. OBJECTIUS
3. ACTIVITATS
4. MATERIAL I RECURSOS
 - 4.1. Escala EVA
 - 4.2. Enquesta
 - 4.3. Joc
 - 4.4. Vídeo
 - 4.5. Díptic
 - 4.6. Algoritme
5. CONCLUSIONS
6. BIBLIOGRAFIA

INTRODUCCIÓ

- El dolor és una sensació personal i subjectiva.
- No es pot mesurar amb cap aparell ni es pot localitzar amb precisió.
- El dolor es pot definir com a profund o superficial, segons la duració o la localització, o altres paràmetres que poden ajudar a trobar la possible causa.
- Existeixen diferents escales per a valorar el dolor
- Es pot classificar com a dolor agut o dolor crònic



UNIVERSITAT DE
BARCELONA



FACULTAT DE FARMÀCIA I
CIÈNCIES DE L'ALIMENTACIÓ

DOLOR CRÒNIC

- Durada superior a tres mesos
- No sempre hi ha una causa òbvia que l'expliqui
- Dos tipus de dolor crònic:
 - a) Dolor nociceptiu (visceral o somàtic)
 - b) Dolor neuropàtic
- Importància de la comunicació pacient-doctor per a facilitar el diagnòstic.

El pacient és una peça clau pel diagnòstic del dolor crònic, NECESSITEM LA SEVA OPINIÓ!!!!

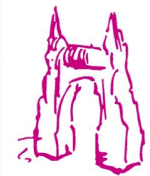


PREVENCIÓ

- Reeducació postural
- Evitar sobrepès i obesitat
- Fer exercici físic de forma regular
- Dormir bé
- Alimentació equilibrada
- Hidratació adequada



UNIVERSITAT DE
BARCELONA



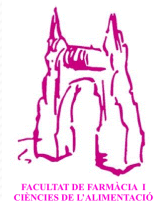
FACULTAT DE FARMÀCIA I
CIÈNCIES DE L'ALIMENTACIÓ

PREVALENÇA

- El 2014, el 31% de la població major de 15 anys pateix algun tipus de dolor (23,9% dels homes i el 37,8% de les dones).
- Aquest percentatge augmenta amb l'edat.
- Prevalença del dolor crònic a Espanya: 17%
- Prevalença del dolor crònic a Europa: 19%
- Els costos associats, tant econòmics com socials, directes i indirectes, són molt elevats.
- A Catalunya, les dades apunten a una despesa anual del 2,8% del PIB.



UNIVERSITAT DE
BARCELONA



FACULTAT DE FARMÀCIA I
CIÈNCIES DE L'ALIMENTACIÓ

TRACTAMENT

- **No farmacològic:**
 - Aplicació de fred/calor
 - Fisioteràpia
 - Tècniques de relaxació
 - Activitats físiques lleugeres (caminar, nedar, tai-txi, ioga, ballar...)

- **Farmacològic:**

- **DOLOR LLEU:** analgèsics no opioides

- AINE

- Paracetamol

- Metamizol

- **DOLOR MODERAT:** opioides dèbils

- Tramadol

- Codeïna

Poden associar-se a fàrmacs del primer esglaó.

- **DOLOR INTENS:** opioides potents

- Morfina

- Buprenorfina

- Fentanil

- Oxicodona

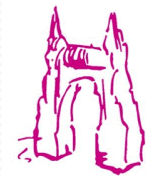
- Hidromorfona

- Tapentadol

Poden associar-se a fàrmacs del primer esglaó, però no amb els del segon esglaó.



UNIVERSITAT DE
BARCELONA



FACULTAT DE FARMÀCIA I
CIÈNCIES DE L'ALIMENTACIÓ

OBJECTIUS

- Facilitar el control del dolor mitjançant la indicació farmacèutica.
- Realitzar un seguiment farmacoterapèutic per tal de millorar la qualitat de vida de les persones amb dolor crònic.
- Posicionar la farmàcia i al farmacèutic com a professional sanitari capacitats per a intervenir en programes de prevenció i cribatge.

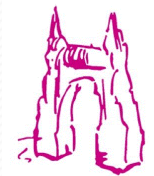
ACTIVITATS

- **Entrevistes**

- Pacient
- Metge
- Infermer
- Farmacèutic
- Expert en alimentació i salut



UNIVERSITAT DE
BARCELONA



FACULTAT DE FARMÀCIA I
CIÈNCIES DE L'ALIMENTACIÓ

- Informe DAFO

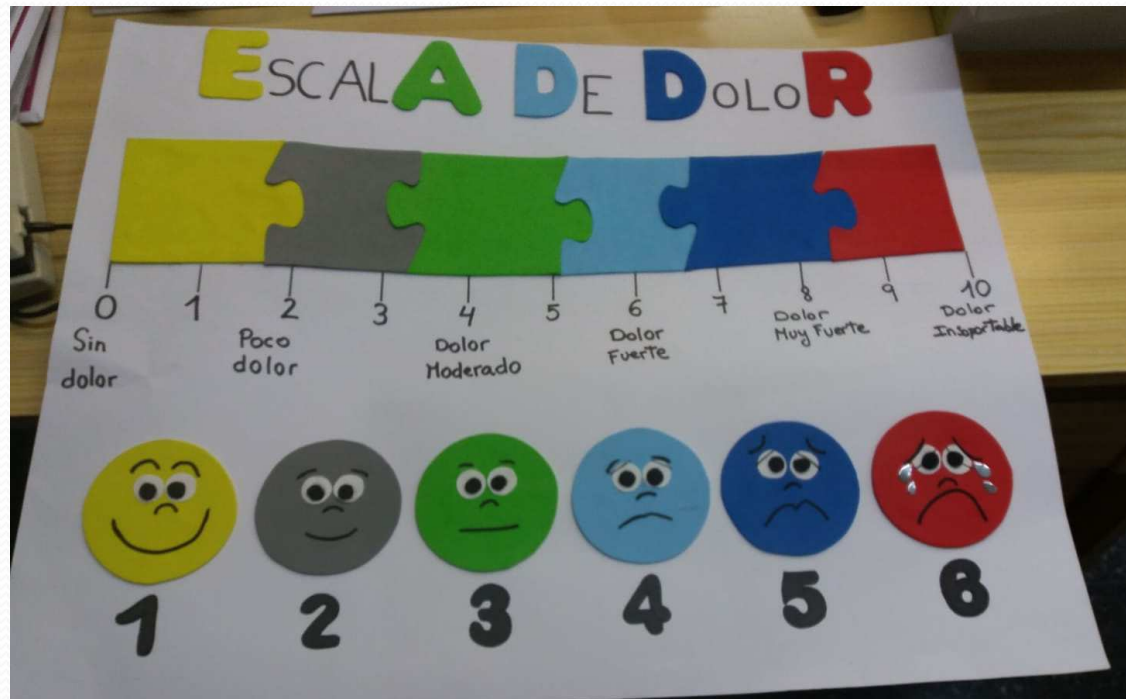
Punts forts	Punts febles
<ul style="list-style-type: none">● Definició de dolor similar.● El dolor és difícil de quantificar.● El compliment terapèutic no és correcte per part del pacient habitualment.● Hi ha relació entre les emocions i el dolor crònic.● Coincidència sobre la dificultat en la remissió total del dolor crònic.● És possible ajudar al pacient a que pugui manejar i conviure amb el dolor crònic.	<ul style="list-style-type: none">● Mètode de diagnòstic diferent entre els professionals de la salut.● Menys el farmacèutic, la resta de professionals utilitzen el qüestionari del dolor.● Diferents mesures no farmacològiques.

- Xerrada a l'associació de pacients



MATERIAL I RECURSOS

- Joc



• Enquesta

1. Què és per a vostè el dolor crònic?
2. Com identifica vostè un pacient amb dolor crònic?
3. Li realitza el qüestionari del dolor? Ho considera útil o subjectiu?
4. Considera que el compliment terapèutic dels pacients amb dolor crònic és correcte? Podria reduir-se en preses/dosi?
5. Quines mesures no farmacològiques recomana als pacients amb dolor crònic?
6. En la seva opinió, hi ha alguna relació entre dolor crònic i les emocions?
7. El dolor crònic pot remetre del tot?
8. Creu que és possible el maneig real del dolor en un pacient amb dolor crònic?
9. Com aprèn un pacient a ser pacient expert?

- **Vídeo**



UNIVERSITAT DE
BARCELONA



FACULTAT DE FARMÀCIA I
CIÈNCIES DE L'ALIMENTACIÓ

- Díptic

EL DOLOR CRÒNIC



En cas de qualsevol dubte consulti amb el seu **FARMACEUTIC**, estem per ajudar a cuidar la seva salut.

EL DOLOR CRONIC, LA MALALTIA INVISIBLE

Una de cada sis persones pateixen dolor crònic, però pocs són tractats per la falta d'informació.



ESTUDIANTS FARMACIA UB
PRACTIQUES TUTELADES
TORN B BCN NORD



• Díptic

QUE ÉS EL DOLOR CRÒNIC?

El dolor és una senyal del sistema nerviós de que el nostre cos pot estar funcionant malament. El dolor crònic es aquell que té una durada d'almenys 3-6 mesos. Pot presentar-se en forma de punxades, formigueig, molèsties o cremor. Aquest dolor pot ser local, en un àrea concreta o difús per tot el cos.

CAUSES DEL DOLOR CRONIC

La causa original pot ser degut a una lesió o una infecció. Pot haver una causa continua del dolor com artritis o càncer o provocada per moviments o situacions. En alguns casos, no hi ha una causa clara.

TRACTAMENT

El dolor crònic no sempre es curable, però tots els tractaments poden ajudar a reduir-lo:

- Analgèsics i altre medicaments
- Acupuntura
- Estimulació elèctrica
- Cirurgia
- Teràpia física
- Psicoteràpia
- Teràpia de relaxació i meditació



IDENTIFICACIÓ DE LA INTENSITAT DEL DOLOR



COM POT AFECTAR EL DOLOR A LA TEVA VIDA?

ESTAT D'ANIM: El dolor crònic pot produir **DEPRESIÓ, RABIA i ANSIETAT**. Això pot provocar un difícil maneig d'aquest.

ENERGIA: El maneig del dolor consumeix l'energia. La falta de descans i l'estat d'ànim també intervenen.

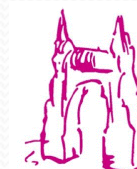
EL DOLOR

SON: El dolor pot interferir en el cicle del son, empitjorant el dolor i el descans.

ACTIVITAT FÍSICA: La falta d'exercici empitjora el dolor. A la vegada, aquest pot impedir la realització de moltes activitats físiques

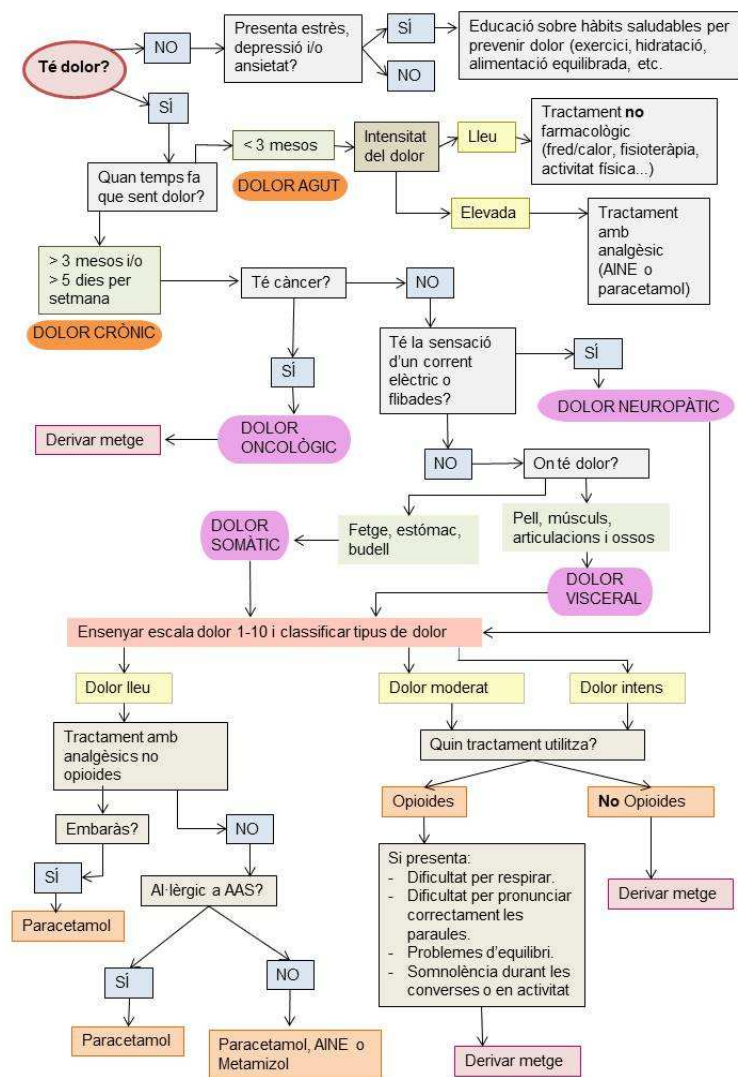


UNIVERSITAT DE
BARCELONA



FACULTAT DE FARMÀCIA I
CIÈNCIES DE L'ALIMENTACIÓ

• Algoritme



Conclusions

- El llindar dolorós és diferent en cada persona i en algun cas, no sempre s'aconsegueix eliminar del tot.
- Els medicaments no sempre són la millor opció per tractar el dolor
- Des de la farmàcia comunitària és possible identificar la presència d'un component emocional relacionat amb el dolor i conscienciar de la importància d'aquest.
- Amb el joc que es va realitzar a la xerrada s'ha pogut veure que la gent que pateix dolor crònic aguanta més el dolor que una persona que pateix un dolor agut, ja que la perspectiva d'una persona especialista en dolor demostra que pateixen més del que realment comenten.
- Hi ha una manca de comunicació entre els diferents sanitaris, ja que els seus objectius respecte la salut no són sempre els mateixos.

Bibliografia

- WebMD. Do I have Chronic Pain? November 2016. <https://www.webmd.com/pain-management/guide/understanding-pain-management-chronic-pain#1>
- Chronic Pain: Symptoms, Diagnosis and Treatment. MedLine Plus 2011; 6(1):5-6. <https://medlineplus.gov/magazine/issues/spring11/articles/spring11pg5-6.html>
- Generalitat de Catalunya. Departament de Salut. Enquesta de Salut de Catalunya, 2014. Direcció General de Planificació i Recerca en Salut. Barcelona, 2a. edició, juliol de 2015. http://salutweb.gencat.cat/web/.content/home/el_departament/estadistiques_sanitaries/enqueste_s/onada09/esca2014_resultats.pdf
- Torralba A, Miquel A, Darba J. Situación actual del dolor crónico en España: iniciativa "PainProposal." Revista de la Sociedad Española del Dolor 2014; 21(1):16–22. <http://scielo.isciii.es/pdf/dolor/v21n1/original2.pdf>
- Generalitat de Catalunya. Departament de Salut. Abordatge del dolor crònic no oncològic, març 2016. http://catsalut.gencat.cat/web/.content/minisite/catsalut/catsalut_territori/barcelona/cio_cientifica/2016/document-abordatge-DCNO-marc-2016.pdf

