

IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2017.

# Terapia cognitiva conductual en dolor crónico. Tratamiento y eficacia.

Rosales, Ma. Guadalupe y Keegan, Eduardo.

Cita:

Rosales, Ma. Guadalupe y Keegan, Eduardo (2017). *Terapia cognitiva conductual en dolor crónico. Tratamiento y eficacia. IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-067/380>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eRer/ArC>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# TERAPIA COGNITIVA CONDUCTUAL EN DOLOR CRÓNICO. TRATAMIENTO Y EFICACIA

Rosales, Ma. Guadalupe; Keegan, Eduardo  
Universidad de Buenos Aires. Argentina

---

## RESUMEN

La Terapia Cognitiva Conductual (TCC) se destaca en la actualidad, por brindar estrategias psicoterapéuticas eficaces para la mejoría y remisión de diversidad de cuadros psicopatológicos. El modelo se ha rediseñado una y otra vez, a fin de conseguir una práctica basada en la evidencia con la mayor potencia posible en la resolución del sufrimiento de los pacientes. En esa línea, la TCC orientada a la psicología de la salud, desarrolló tratamientos para el dolor crónico, una afección frecuente que afecta a un 20% de la población mundial y que representa entre el 15% y el 20% de las visitas médicas (IASP, 2012). El objetivo del presente trabajo es brindar un acercamiento al modelo de TCC para el Dolor Crónico (Morley & Vlaeyen, 2014; Flor & Turk, 2011; Moix & Kovacs, 2009; Otis, 2007; Rosales & Levin, 2015), realizando un recorrido por sus fases, técnicas y objetivos. Se realizará una revisión bibliográfica de los protocolos que han demostrado ser tratamientos bien establecidos (NICE, 2006; Reese & Mittag, 2013) y son recomendados como terapias psicológicas de primera línea para este tipo de pacientes. Se concluye que la TCC obtiene probada eficacia como componente crítico del tratamiento multimodal recomendado para el dolor crónico.

## Palabras clave

Terapia Cognitivo-Conductual, Dolor Crónico, Tratamiento, Revisión

## ABSTRACT

### COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY FOR CHRONIC PAIN. TREATMENT AND EFFICACY

The Cognitive Behavioral Therapy (CBT) stands out today for providing effective psychotherapeutic strategies for the improvement and remission of diversity of psychopathological conditions. The model has been redesigned over and over again in order to achieve evidence-based practice with the highest possible power in solving patients' suffering. Along these lines, CBT focused on health psychology, developed treatments for chronic pain, a common condition that affects 20% of the world's population and accounts for between 15% and 20% of medical visits (IASP, 2012). The objective of the present work is to provide an approach to the Chronic Pain CBT model (Morley & Vlaeyen, 2014, Flor & Turk, 2011, Moix & Kovacs, 2009, Otis, 2007; Rosales & Levin, 2015), making a go over of its phases, techniques and objectives. A bibliographic review of the protocols that have proven to be well-established treatments (NICE, 2006; Reese & Mittag, 2013) and recommended as first-line psychological therapies for this type of patients will be carried out. We conclude that CBT obtains proven efficacy as a critical component of the multimodal treatment recommended for chronic pain.

## Key words

Cognitive-Behavioral Therapy, Chronic Pain, Treatment, Review

## BIBLIOGRAFÍA

- Caudill M. (1998). Controle el dolor antes de que el dolor le controle a usted: descubra qué es lo que realmente incrementa y disminuye el dolor. España: Paidós.
- Flor, H. & Turk, D. (2011). Chronic pain: an integrated biobehavioral approach. Seattle: IASP Press.
- IASP Taxonomy Working Group (2012). Classification of chronic pain. Seattle: IASP Press.
- McMahon, S.B., & Koltzenburg, M. (2007). Tratado del dolor. España: Elsevier.
- Melzack, R., y Wall, P. D. (1965). Pain mechanisms: a new theory. *Science*, 150, 171-179.
- Moix, J. & Kovacs, F. M. (2009). Manual del dolor. Tratamiento cognitivo-conductual del dolor crónico. Barcelona: Paidós.
- Morley S. J., & Vlaeyen J.W.S (2014). Chronic Pain. In Hofmann, S. G. (Ed.). *The Wiley handbook of cognitive behavioral therapy* (pp. 463-487). Bognor Regis: John Wiley & Sons.
- Morley, S., Eccleston, C., & Williams, A. (1999). Systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials of cognitive behaviour therapy and behaviour therapy for chronic pain in adults, excluding headache. *Pain*, 80(1), 1-13.
- National Institute for Health and Clinical Excellence (2006). The guidelines manual. 2006. London: Author. Disponible en: [www.nice.org.uk](http://www.nice.org.uk)
- Reese, C., & Mittag, O. (2013). Psychological interventions in the rehabilitation of patients with chronic low back pain: evidence and recommendations from systematic reviews and guidelines. *International Journal of Rehabilitation Research*, 36(1), 6-12
- Rosales, M.G, Levin, E. (2015). Aspectos psicológicos y sociales del Dolor. En Rey, R., Vivé, J., Bendersky, M. (ed.). *Bases para el manejo del Dolor*, pp. 193-206. Buenos Aires, Ed. VFM Visión y Formación Médica. ISBN: 978-987-33-6027-5
- Rosales, M.G., Martini, S., D'alessandro, F., Koutsovitis, F., Colombo, M.C., Donatti, S., Ramos, M.B, & Garay, C.J. (2014). Dolor crónico: el rol de la terapia cognitivo conductual en el tratamiento combinado. *Memorias del VI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, las XXI Jornadas de Investigación y el X Encuentro de Investigadores del MERCOSUR*, 1, 119-123. ISSN 1667-6750. Buenos Aires, Argentina. Indexación en LATINDEX.
- Sharp, T. J. (2001). Chronic pain: a reformulation of the cognitive-behavioural model. *Behaviour Research and Therapy*, 39, 787-800.
- Taberner, M., Truyols, M., Pareja, J. P., Amorós, M., Medinas, M., Pol, A. P., & Abad, A. S. (2008). Aspectos psicológicos relevantes en el estudio y el tratamiento del dolor crónico. *Clinica y Salud*, 19(3), 295-320.
- Turk, D. C. y Okifuji, A. (2002). Psychological factors in chronic pain: evolution and revolution. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70 (3), 678-690.

Turk, D. C., & Melzack, R. (Eds.). (2001). Handbook of pain assessment (2nd ed.). New York, New York: Guilford Press.

Williams, A. C. D. C., & Craig, K. D. (2016). Updating the definition of pain. *Pain*, 157(11), 2420-2423.

Winterowd, C., Beck, A. T., & Gruener, D. (2003). *Cognitive therapy with chronic pain patients*. New York: Springer publishing company.