

## La terapia manual mejora la calidad de vida de los pacientes con tinnitus

En el trabajo, publicado en la revista Pain Medicine y realizado por seis colegiados, se evidencia que la terapia manual mejora los síntomas, como el dolor, y la parte emocional del paciente.

Un nuevo estudio demuestra la importancia de la fisioterapia, en concreto de la terapia manual, en el tratamiento de la disfunción temporomandibular y los acúfenos, siempre que no haya problemas otorrinolaringológicos, neurológicos, etc. Esta es la principal conclusión del trabajo "Efectos de la terapia manual cervicomandibular en pacientes con trastornos del dolor temporomandibular y tinnitus somático asociado", publicado en la revista Pain Medicine.

Pablo Delgado de la Serna, fisioterapeuta profesor de Grado de Fisioterapia y Caftyd en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Francisco de Vitoria, y uno de los autores del estudio, afirma que la idea surgió "de la necesidad clínica y falta de literatura que hay al respecto". Delgado de la Serna hizo una tesis doctoral sobre este tema y, a partir de eso, comenzó a realizar el estudio junto con los fisioterapeutas María José Díaz, César Fernández, Gustavo Plaza, Patricia Martín-Casas y Joshua Cleland.

### En deuda con la Ciencia

Además, el fisioterapeuta añade que se sentía obligado "ya que a mí la Ciencia me salvó la vida dos veces por una enfermedad renal que arrastro desde niño y me ha obligado a hacerme tres trasplantes y ahora estar en diálisis". Por esa razón, se siente en deuda con la Ciencia "para devolver algo de lo que me dio y buscar una solución para estos pacientes o, por lo menos, poder mejorarles algo su calidad de vida". Otra de las conclusiones del estudio es que "deja clara la relación entre mejora de los síntomas y la mejora de la depresión, factor a tener muy en cuenta en esta y otras patologías, la parte emocional del paciente y la importancia de seguir investigando", asegura Delgado de la Serna.

¿Qué diferencia han notado los pacientes que han sido tratados con técnicas de fisioterapia a los que han sido tratados con estas y, además, terapia manual? Especialmente, que la mejora del propio paciente se produce más rápido. "Eso siempre anima y la predisposición del paciente a mejorar es fundamental, y más en este tipo de patologías en las que quienes las han padecido se han sentido siempre abandonados y en las que una pequeña mejora es un mundo para ellos", asegura el fisioterapeuta.

Los resultados del estudio han sido muy

buena de la terapia manual disminuyeron algunos de sus síntomas, como el dolor o la disminución de la apertura. Asimismo, al mejorar la percepción del tinnitus por parte del paciente, "el cambio es significativo y muy valorado por ellos, quienes repiten que vivir con menos ruido es volver a vivir". Para realizar el estudio se seleccionaron de forma aleatoria dos grupos de pacientes, divididos en técnicas de fisioterapia, incluida la terapia manual, y solo fisioterapia, sin terapia manual. Se hizo fisioterapia del complejo cráneo-cervico-mandibular, una serie de ejercicios y unas pautas de



Pablo Delgado de la Serna, uno de los autores del estudio.

buenos en varias variables, sobre todo, en las relacionadas con la disfunción temporomandibular y el acúfeno y con la depresión, como dolor temporomandibular y severidad del acúfeno, THI (Tinnitus-related Handicap Inventory), CF-PDI (craneofacial Pain and disability Inventory), BDI-II (inventario de depresión Beck-II) y resultados similares en ambos grupos en el test SF-12 (cuestionario de salud).

En lo que se refiere a la calidad de vida de los pacientes, quienes recibieron el tratamiento de fisioterapia, incluyendo la téc-

nicado de la terapia manual disminuyeron algunos de sus síntomas, como el dolor o la disminución de la apertura. Asimismo, al mejorar la percepción del tinnitus por parte del paciente, "el cambio es significativo y muy valorado por ellos, quienes repiten que vivir con menos ruido es volver a vivir". Para realizar el estudio se seleccionaron de forma aleatoria dos grupos de pacientes, divididos en técnicas de fisioterapia, incluida la terapia manual, y solo fisioterapia, sin terapia manual. Se hizo fisioterapia del complejo cráneo-cervico-mandibular, una serie de ejercicios y unas pautas de

autotratamiento y autocuidado para el cuidado en casa, y al grupo terapia manual se le añadió técnicas concretas de la articulación temporomandibular y musculatura cervical y masticadora. Este tipo de patologías cuentan con muy poca información. "Es un campo nuevo con mucho recorrido por delante y muy poca biografía detrás que nos abra camino. Especial mención al doctor Mariano Rocabado, del que aprendí a entender esta parte del cuerpo tan apasionante". Seguro que no es el último estudio al respecto.