



Demuestran que un simple masaje puede mejorar el estado psicofisiológico de pacientes con dolor de cabeza crónico de origen tensional

25/02/2010

Investigadores de la **UGR**, en colaboración con el Hospital Clínico San Cecilio (Granada) y la Universidad Rey Juan Carlos, aplican un masaje de 30 minutos para paliar este dolor, cada vez más frecuente en la sociedad. Los resultados de este estudio pionero han sido publicados en la revista del Colegio Americano de Quiropraxia, el **Journal of Manipulative Physiological and Therapeutics**.

La aplicación de un masaje de 30 minutos en pacientes con dolor de cabeza crónico de origen tensional mejora el estado psicofisiológico del paciente y su sintomatología a las 24 horas, según han demostrado investigadores de la **Universidad de Granada**, en colaboración con el Hospital Clínico San Cecilio (Granada) y la Universidad Rey Juan Carlos (Madrid).

Como explican los científicos, el dolor de cabeza de origen tensional es cada vez más frecuente entre la población. El clásico abordaje de este tipo de dolencias consiste en el consumo de analgésicos que consigue reducir los síntomas transitoriamente. Una de las principales causas de esta modalidad de dolor es la presencia de puntos de tensión en la musculatura cervical que se convierte en la generadora de los estímulos dolorosos. En los últimos años, se han incrementado los esfuerzos por proponer otras estrategias para controlar estos síntomas incapacitantes para nuestra vida diaria.

Mejoras fisiológicas La investigadora Cristina Toro Velasco -autora principal de este trabajo, bajo la supervisión del profesor de la **UGR** Manuel Arroyo-Morales- ha demostrado que la aplicación de un masaje de unos 30 minutos sobre estos puntos de tensión cervical produce una serie de mejoras fisiológicas en la regulación



neurovegetativa del paciente. A ello hay que añadir una mejora del estado psicológico de los pacientes, “que ven reducido el estado psicológico de tensión y angustia asociada a una sintomatología tan molesta para ellos”.

Asimismo, el paciente refiere una mejora en la percepción de sus síntomas 24 horas después del tratamiento, lo cual indicaría que el masaje reduce la capacidad de generar dolor de los puntos de tensión y esto revertiría en una mejoría del estado del paciente

Los resultados de este estudio pionero han sido publicados en la revista del Colegio Americano de Quiropraxia.

Referencia bibliográfica:

Toro-Velasco C, Arroyo-Morales M, Fernández-de-Las-Peñas C, Cleland JA, Barrero-Hernández FJ.

Short-term effects of manual therapy on heart rate variability, mood state, and pressure pain sensitivity in patients with chronic tension-type headache: a pilot study. J Manipulative Physiol Ther. 2009 Sep;32(7):527-35.

Contacto: Manuel Arroyo-Morales. Departamento de Fisioterapia de la **UGR**.
Telefono: 958 24 80 30 Correo electrónico: LINK: marroyo@ugr.es -> mailto: