



Propiocepción, sistema visceral y somatización del estrés

Ángel Oliva Pascual-Vaca¹

¹Instituto de Biomedicina de Sevilla, IBiS. Departamento de Fisioterapia. Universidad de Sevilla.
Escuela de Osteopatía de Madrid.

Palabras clave: Estrés, Dolor, Somatización de dolor por estrés, Sistema visceral

Keywords: Stress, Pain, Somatization of stress pain, Visceral system

El estrés es muy frecuente en los países desarrollados. El modo de vida favorece su aparición, y con frecuencia se acompaña de dolor. Habitualmente, dicho dolor se ubica en zonas como el raquis cervical, especialmente en la zona de los trapecios superiores, la cabeza, y la columna lumbar. Hasta la fecha, no se conoce por qué el estrés se somatiza más frecuentemente en estas zonas y no en otras. Igualmente, no se han establecido de forma clara qué factores determinan que, ante situaciones de estrés, un sujeto sufra dolor y otro no. Por ejemplo, se conoce que las mujeres son más proclives a sufrir somatización de dolor por estrés, pero no están claros los motivos que subyacen a esta mayor prevalencia.

Si bien las zonas de Head, descritas por Sir Henry Head hace más de 130 años, ayudan a comprender este fenómeno, los recientes avances en neurofisiología del dolor visceral y sensibilización contribuyen considerablemente de cara a explicar todas estas cuestiones. El desarrollo del conocimiento de la inervación visceral, la anatomía del nervio vago y del nervio frénico, así como los trastornos propioceptivos y la capacidad sensibilizadora del cortisol, ofrecen explicaciones plausibles a la ubicación del dolor por estrés. En este sentido, estos avances en neurociencia dan soporte al uso de abordajes como el tratamiento visceral o el ejercicio físico para la prevención y el tratamiento del dolor y somatización del estrés.

DOI: <https://doi.org/10.60940/PsicosomPsiquiatrnum280905>