



# "Diploma acreditatiu de Capacitació psicòleg/òloga expert/a en dolor"

"Psicòleg/òloga expert/ta en Dolor"

COL·LEGI OFICIAL DE PSICOLOGIA DE CATALUNYA

Data: 23/02/2022



## ÍNDEX:

1. Introducció
2. Objectius
3. Competències
4. Requisits i criteris per a l'obtenció de la capacitat d'expertesa en Psicologia del Dolor
  - 4.1. Òrgans de decisió i de gestió
  - 4.2. Requisits generals.
  - 4.3. Requisits específics.
5. Vigència de l'Acreditació i criteris per a la renovació de l'acreditació.
6. Termini de presentació
7. Taxa i forma de pagament

**ANNEX I** – Model de declaració responsable.

**ANNEX II** – Model CV.



## 1. INTRODUCCIÓ

### Introducció al concepte de dolor persistent

El dolor crònic/persistent es defineix com una experiència psicofisiològica que es manté més enllà de 3 mesos tot i haver disminuït o desaparegut el dany tissular. S'estima que un 20% de la població mundial patiria actualment aquest tipus de dolor (Nishishiya et al., 2017); sent el 80% de consultes mèdiques generals motivades per queixes de dolor, amb aproximadament un 30% d'aquests pacients presentant dolor persistent (APA, 1995).

El dolor persistent afecta aproximadament el 18% de la població espanyola, i la seva intensitat es considera entre moderada i intensa en un 12% de casos (Camarés i Navarro, 2016). El cost econòmic associat al maneig i seguiment d'aquest tipus de dolor a Espanya suposaria el 2,5% del PIB, uns 16.000 milions d'euros anuals (Torralba, Miquel, Darva, 2014). En el nostre entorn, s'estima que el 25% de la població catalana major de 15 anys pateix algun tipus de dolor persistent i un 67.1% de la població de 75 anys o més declara patir dolor persistent (ESCA 2020).

El dolor persistent té un ampli impacte tant a nivell personal com també a nivell de l'entorn pròxim (família i amics) i extens (entorn laboral, societat en general) i sovint implica limitacions rellevants a nivell del funcionament diari (feina, estudis, oci, etc.) de la persona. Un 18.2% de les persones afectades indiquen que el dolor impacta entre bastant i molt el seu entorn familiar (Dueñas et al., 2015). Cal destacar també que moltes persones amb dolor persistent presenten de forma comòrbida trastorns emocionals, com la depressió i l'ansietat. En relació al vincle entre dolor persistent i la psicopatologia, cal comentar que alguns autors plantegen l'existència d'una relació bidireccional, on existirien mecanismes fisiopatològics comuns que facilitarien l'aparició tant de símptomes ansiosos-depressius com de l'experiència de dolor (Kroenke et al., 2011). A més les persones amb dolor persistent pateixen implicacions afegides negatives per l'estigma i la seva capacitat per a resistir i seguir lluitant de forma positiva davant aquesta situació tan complicada.

Habitualment la persona amb dolor persistent és atesa dins el marc de l'atenció primària de salut, bàsicament per metges, infermeres i especialistes en medicina familiar i comunitària. En casos d'intensitat elevada es visiten al Servei d'Urgències. No hi ha uns criteris de derivació homogenis en tot el territori català que determinin si la persona amb dolor persistent ha de ser atesa per una unitat de dolor de referència al territori o per un especialista. Una bona derivació ajudaria a reduir el temps de diagnòstic per a ser gestionats internament o derivats a l'especialista més adequada.



En els últims 20 anys, un dels avenços més importants en l'estudi del dolor ha sigut el reconeixement que la nocicepció (activitat de sistema nerviós produïda per un estímul lesiu) i l'experiència de el dolor no son fenòmens equivalents. El dolor és un fenomen multidimensional, complex i subjectiu produït pel cervell davant un dany *potencial* o real per a produir una acció per part de l'individu en pro de la supervivència i protecció de la zona afectada (Moseley i Butler, 2015). En aquest sentit, l'Associació Internacional per a l'Estudi del Dolor (IASP, 2020) defineix el dolor persistent com una experiència sensorial i emocional desagradable associada o similar a la produïda per un dany tissular real o potencial. Per a generar aquesta definició, la IASP va considerar que:

- El dolor és una experiència personal i subjectiva influenciada contextualment per factors biològics, psicològics i socials.
- El dolor i la nocicepció són fenòmens diferents (i.e., el dolor no pot ser inferit només per l'activitat de les neurones sensorials).
- Les persones aprenen el concepte de dolor a través de les experiències de vida.
- Si una persona manifesta una experiència dolorosa, malgrat no sigui evident cap tipus de dany tissular, aquesta ha de ser respectada i donar -hi l'abordatge adequat.
- Tot i que el dolor agut usualment compleix una funció adaptativa, de protecció i supervivència, pot tenir efectes adversos sobre la funcionalitat i el benestar social i psicològic.
- Una de les maneres per expressar dolor és per la descripció verbal; la incapacitat per comunicar-se no nega la possibilitat que un humà o animal experimenti dolor.

Aquesta aproximació bio-psico-social, emfatitza la importància de la interacció de múltiples factors en l'experiència de el dolor, en el qual els components psicològics tenen un paper essencial en la percepció i modulació de la mateixa. Tal com la literatura mostra inequívocament, un abordatge multicomponent i multidisciplinari és molt necessari per a millorar la gestió del dolor i el seu impacte sobre la discapacitat i la qualitat de vida (Serrat, et al. 2020). Aquest tipus d'aproximació, facilita l'adquisició d'eines que permeten empoderar i incrementar la competència percebuda de la persona amb dolor persistent, d'estratègies d'afrontament actiu per aconseguir millorar la seva capacitat de gestió del malestar, incrementar la seva resiliència i millorar també l'adherència al tractament rebut.

### **La Psicologia del dolor**

La Psicologia del dolor pot definir-se com l'àrea de la psicologia que investiga, forma i aplica professionalment els coneixements sobre el funcionament psicològic en problemes o patologies que cursen amb dolor en contextos clínics, socials, educatius i sanitaris.



La ciència psicològica té un paper fonamental en: 1) la recerca en el camp dels problemes de dolor persistent, 2) l'avaluació multidimensional dels problemes de dolor, 3) el disseny, execució i avaluació de programes d'intervenció, i 4) la formació entorn als processos psicològics implicats en l'experiència de dolor. Centrant-nos en el maneig del dolor persistent, des de l'àmbit de la psicologia, destacariem els següents objectius (Monsalve, 2010):

- Ensenyar i educar el pacient a conèixer millor com funciona el fenomen del dolor en general, i a entendre els factors que influeixen en el seu dolor i malestar en particular.
- Facilitar l'aprenentatge d'estratègies de control i reducció de el dolor, així com facilitar el maneig de l'activació fisiològica, i el nivell de tensió relacionada amb el dolor que modularia, en part, l'experiència de dolor.
- Modificar la forma en què la persona amb dolor valora la situació, facilitant una reconceptualització de la vivència que sigui més adaptativa i que permeti una milloria en la seva qualitat de vida.
- Modificar les conductes que puguin interferir en el benefici terapèutic de la persona amb dolor persistent, reorientant les actituds errònies cap a una direcció constructiva, proporcionant habilitats de regulació així com també facilitant la modificació de conductes desadaptatives.
- Atendre les dificultats de l'entorn social, de parella i context familiar de la persona amb dolor i assessorar a nivell de gestió emocional i comunicació interpersonal efectiva.

Tot i la indispensable tasca de la Psicologia en el l'àmbit del dolor, en l'actualitat, no està prou reconeguda la seva figura a nivell institucional. En aquest sentit, hi ha una escassa presència de la psicologia en àmbits clínics i de la salut, així com també en Unitats Docents i de Recerca (Unitats de Dolor, de Reumatologia, Hospitals, Associacions, Centres mèdics i psicològics privats, etc.). Això, al final, té clares implicacions per a les persones amb dolor persistent, que massa sovint no poden optar a rebre un tractament psicològic amb garanties científiques i evidència d'eficàcia. D'altra banda, la formació reglada en dolor des d'un punt de vista psicosocial en Universitats o altres organismes oficials és molt escassa. El mateix pla director sobre Dolor Crònic gestionat pel Departament de Salut (2022) confirma que s'observa una mancança de formació específica dels professionals sanitaris. D'aquesta manera, la majoria de programes de grau de psicologia no inclouen assignatures específiques on es parli de gestió del dolor, i la formació de postgrau és limitada i heterogènia, resultant un procés complex l'aconseguir adquirir els coneixements



necessaris per a l'abordatge d'aquest tipus de pacients. Tot això es tradueix en una preparació deficitària per part dels i les professionals de la psicologia per a l'abordatge d'aquest tipus de problemes.

Malgrat tot, hi ha persones psicòlogues que, d'una o altra manera, sí que han aconseguit orientar la seva formació i la seva experiència laboral en el camp del dolor. Desafortunadament però, no es disposa actualment a Catalunya de la possibilitat d'acreditar aquesta experiència i formació en dolor mitjançant certificació comuna i reconeguda pel COPC.

### **La certificació d'expertesa en psicologia del dolor**

Els procediments de certificació permeten verificar les competències professionals en una especialitat, a més de fomentar uns estàndards formatius de qualitat que assegurin les competències adequades per al desenvolupament de determinades tasques professionals. Actualment no existeixen acreditacions en dolor dirigides únicament a persones psicòlogues en el nostre entorn, malgrat que diverses entitats nacionals i internacionals han encaminat accions al respecte. Entre elles, podem destacar:

1. La International Association for the Study of Pain (IASP) i la European Federation of IASP Chapters que proposen currículums formatius per aspectes psicològics en el maneig del dolor.
2. Els Col·legis Professionals de persones psicòlogues a nivell internacional que reconeixen l'especialitat de la psicologia del dolor de diverses formes. L'APA (American Psychological Association), així com The Australian Psychological Society (APS) o The British Psychological Society ofereixen documents formatius per a persones psicòlogues especialitzades en dolor, publicacions acadèmiques i recursos, a més contempnen divisions o àrees d'especialització com la Psicologia de la Salut, on entraria la intervenció en dolor. The British Psychological Society, per la seva banda, també té en el seu cercador d'experts on es poden buscar persones psicòlogues expertes en dolor específicament.
3. Més proper a nosaltres, el col·legi oficial de psicòlegs/òlogues de Madrid ha desenvolupat un certificat d'expertesa en dolor (veure <https://www.copmadrid.org/web/colegiados/acreditaciones-profesionales> ).

En la línia de les iniciatives presentades, proposem crear la certificació d'expert en psicologia del dolor en el Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya. La necessitat d'aquesta certificació queda sintetitzada en:



- L'atenció, la recerca i la formació en l'àmbit del dolor requereix una especialització. Les acreditacions d'especialització són un procediment necessari per regular l'assistència sanitària seguint un model de pràctiques basades en l'evidència.
- Hi ha una àmplia i variada oferta de formació i certificació per a professionals sanitaris en el camp de el dolor a nivell nacional i internacional. Tot i així, seria convenient poder oferir formació des del COPC per a poder aconseguir la certificació.

## 2. OBJECTIUS

Els objectius que ens plantejem són:

- Certificar a professionals de la Psicologia que es dediquen a aquest àmbit i tenen experiència i formació adequades en dolor que els habiliti per a ser reconeguts com a persones expertes en dolor
- Identificar els/les professionals de la Psicologia que realitzen la seva activitat en el camp del dolor, per crear una xarxa de col·laboració intra i interdisciplinària i facilitar la seva localització a altres col·lectius que requereixin de persones psicòlogues amb formació en aquest àmbit per a la col·laboració en diferents tasques: assistència, assessoria, investigació, docència, etc.
- Afavorir el reconeixement institucional i social del paper dels/de les professionals en psicologia en la seva tasca professional com a experts/es en dolor, diferenciant el seu treball del d'altres professionals que treballen en aquest àmbit.
- Contribuir a l'adequada formació complementària de les persones psicòlogues que treballen en el camp del dolor i proveir d'uns criteris i guies sobre les competències necessàries que requereixi una persona psicòloga especialitzada en dolor.

## 3. COMPETÈNCIES DE LA PERSONA PSICÒLOGA EXPERTA EN DOLOR

L'expert en psicologia del dolor pot treballar en diferents contextos tal com hem anat argumentant. Un d'ells, pot ser el més evident i en el que la seva figura és totalment necessària, seria en les Unitats de Dolor o Unitats en Síndrome de Sensibilització Central. Tot i que les professionals de la psicologia que treballen en aquestes unitats disposin de formació sanitària o clínica, les característiques específiques del malalt amb dolor, més



específicament, del malalt amb dolor persistent, aconsellen una capacitació específica en l'àmbit del dolor. No obstant això, l'expert en psicologia del dolor pot treballar també en altres contextos com l'educatiu en el que pot contribuir a, per exemple, dissenyar estratègies de promoció de la salut per a comunitats específiques dirigides a la prevenció secundària del dolor persistent. Per posar altres exemples, la persona psicòloga experta en dolor pot treballar en Unitats de Recerca multidisciplinària desenvolupant tractaments innovadors i estudiant-ne els seus efectes; o en associacions de pacients dinamitzant-les i dissenyant activitats de promoció de la salut i diferents accions educatives per sensibilitzar a la societat a través de l'associació. Sigui quin sigui el seu àmbit professional, l'acreditació vol certificar que la persona psicòloga experta en dolor té les següents competències (d'acord amb el currículum del Diploma Europeu de Psicologia del dolor):

- Entendre els principals coneixements científics relacionats amb el dolor.
- Ser capaç d'entendre els diferents factors de naturalesa psicosocial que intervenen en els processos de dolor.
- Conèixer les principals tècniques d'avaluació dels problemes de dolor.
- Ser capaç de treballar interdisciplinàriament.
- Conèixer les principals tècniques d'intervenció i promoció de la salut per a problemes de dolor que disposen d'evidència d'eficàcia.
- Conèixer les diferents particularitats i característiques de subgrups de persones amb dolor i condicions clíniques relacionades.

#### **4. Requisits i criteris per a l'obtenció de la capacitació d'expertesa en Psicologia del Dolor**

##### **4.1. ÒRGANS DE DECISIÓ I DE GESTIÓ.**

S'ha constituït una comissió d'experts/es, formada per professionals reconeguts/des, per tal d'estudiar els expedients presentats. Les persones que l'integren han estat nomenades per la Junta de Govern del COPC a proposta de la Secció, i està constituïda per **3 experts/tes de reconegut prestigi: un Responsable i dos Avaluadors/es.**

A banda, un membre de Junta de Govern haurà de vetllar per el seu bon funcionament i estar al corrent de qualsevol tipus d'incidència, en qualitat de supervisor, no d'avaluador.

La comissió es reservarà el dret de demanar informació addicional, com ara informes o certificats, o de concertar entrevistes amb la persona interessada.





Els/les sol·licitants que no hagin complert els requisits, rebran una notificació amb la indicació de les causes d'exclusió. Les persones interessades podran presentar una reclamació en el termini de trenta dies hàbils a comptar de l'endemà de la recepció de la notificació. Els/les aspirants que no esmenin o rectifiquin dins d'aquest termini el defecte o error que ha motivat la seva exclusió, quedaran exclosos.

Les persones interessades en l'obtenció de l'acreditació d'Expertesa en Psicologia del Dolor han de complir els requisits següents:

#### 4.2. REQUISITS GENERALS.

- **Tenir la llicenciatura o grau en psicologia** o un títol homologat o reconegut oficialment, a efectes professionals, pel Ministeri d'Educació, de conformitat amb el que estableix el Reial Decret 1837/2008 de 8 de novembre, pel qual s'incorporen al ordenament jurídic espanyol la referida Directiva 2005/36 / CE i la Directiva 2006/100 / CE, del Consell, de 20 de novembre de 2006, relatives al reconeixement de qualificacions professionals, o norma posterior en vigor.
- **Estar col·legiat/da** al Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya estar al corrent del pagament de les quotes col·legials.
- **Ser membre de la Secció de Psicologia Clínica, de la Salut i Psicoteràpia** del COPC.
- **No estar complint sanció col·legial.**
- **No estar complint cap altra sanció que comporti** la inhabilitació per a la funció pública.

#### 4.3. REQUISITS ESPECÍFICS.

##### FORMACIÓ REQUERIDA:

Tenir una formació mínima de **350 hores en dolor** (acreditada -en hores i/o crèdits- mitjançant document emès per l'entitat responsable de la formació). Aquesta formació pot constar de:

- Formació en el camp del dolor:
  - Cursos de postgrau coordinats per universitats públiques o privades.
  - Cursos o tallers en entitats, organismes, o societats professionals, nacionals o internacionals de caràcter oficial.
  - Congressos, conferències o seminaris sobre dolor o patologies que cursen amb dolor.
  - Tesi doctoral en l'àrea de dolor (es computarà com a 300 hores de formació).



- Direcció de tesis doctorals en el camp del dolor (100 hores/tesi), direcció de treballs finals de màster en el camp del dolor (30h/TFM), treballs final de grau en el camp del dolor (10h/TFG).
- Docència universitària o en congressos, conferències, jornades o seminaris en l'àrea del dolor.
- Publicacions científiques en l'àmbit de dolor i/o patologies doloroses com a autor principal (es computaran 30 hores per article científic/capítol de llibre i 10 hores per presentació oral o pòster). Cal aportar el detall dels articles i pòsters que es volen presentar per a computar el número d'hores.

### EXPERIÈNCIA / PRÀCTICA PROFESSIONAL:

Tenir un mínim de **3.000 hores de pràctica professional** demostrable en l'àmbit del dolor (acreditada mitjançant document emès per l'entitat responsable de la contractació).

- Experiència clínica demostrable en el camp del dolor i les patologies que cursen amb dolor.
- Participació en projectes de recerca sobre dolor i/o patologies que cursen amb dolor (cada participació en un projecte de recerca serà computat com a 500 hores d'experiència professional (per cada any de projecte); en el cas de ser líder de projecte es comptabilitzaran 1000 hores/any. Cal aportar el detall dels projectes en els que s'ha participat i articles que es volen presentar per a computar el número d'hores, amb declaració jurada de la participació en cada projecte.
- El voluntariat i/o les pràctiques (o estades en centres de referència) formatives també seran computables com a experiència professional, sempre que es presentin certificades adequadament per l'organisme/centre on s'hagin fet.

## **5. VIGÈNCIA DE L'ACREDITACIÓ I CRITERIS PER A LA RENOVACIÓ**

L'acreditació tindrà una vigència de **8 anys**.

Passat aquest termini s'haurà de presentar sol·licitud per la renovació segons els següents criteris:

- Es podrà sol·licitar després de demostrar que s'han realitzat, **com a mínim, 500 hores de formació en l'àmbit del Dolor i/o pràctica clínica en el període de vuit anys**.
- Els aspectes que es tindran en compte a l'hora d'avaluar la formació i pràctica clínica són els que prèviament s'han descrit en el present document i és necessari aportar documentació que ho avaluï.

La sol·licitud de la renovació no tindrà cost.



## 6. TERMINI DE PRESENTACIÓ DE SOL·LICITUDS

Les sol·licituds podran ser presentades al llarg de **tot l'any**. No hi haurà dates tancades de presentació.

El departament de desenvolupament professional del COPC comunicarà la resolució presa a cada col·legiat/ada en el termini de entre sis mesos i un any, des de la presentació de la documentació i mitjançant correu electrònic.

## 7. TAXES I FORMA DE PAGAMENT

L'import del procés de l'acreditació està establert en **121 euros**, el qual es farà efectiu mitjançant la passarel·la del pagament del COPC.

És imprescindible que, en el moment de lliurar la documentació, es realitzi el pagament. El no pagament de les taxes comporta no acceptar la sol·licitud.



## ANNEX I SOL·LICITUD - DECLARACIÓ RESPONSABLE

Nom i cognoms: \_\_\_\_\_

NIF: \_\_\_\_\_ Número de col·legiat/ada: \_\_\_\_\_

Adreça: \_\_\_\_\_

Codi postal i població: \_\_\_\_\_

Telèfon: \_\_\_\_\_ Telèfon mòbil: \_\_\_\_\_

Adreça electrònica: \_\_\_\_\_

### **EXOSO:**

Que, complint els criteris generals i específics que s'estableixen en el procediment de l'Accreditació/Capacitació:

..... del COPC, havent abonat les taxes corresponents i havent presentat la següent documentació:

- Sol·licitud
- Títols de formacions
- Documentació acreditativa de l'experiència professional
- Currículum, segons el model establert i documents justificatius corresponents.
- Resguard de pagament
- Altra documentació..

### **SOL·LICITO:**

Que em sigui lliurada la certificació corresponent.

### **DECLARO:**

Declaro sota la meua responsabilitat que he exercit com a professional de Psicologia amb les activitats que detallo a continuació i que les dades que consten en la documentació que acompanya a la sol·licitud per què s'expedeixi el corresponent certificat són certes:

Signatura

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de xxx

SENYOR DEGÀ DEL  
COL·LEGI OFICIAL DE PSICOLOGIA DE CATALUNYA  
Rocafort, 129  
08015 Barcelona



## ANNEX II MODEL DE CURRÍCULUM

### 1. DADES PERSONALS.

### 2. DADES PROFESSIONALS ACTUALS.

### 3. DADES ACADÈMIQUES.

3.1 Formació universitària: títols i graus acadèmics obtinguts, centres i dates.  
Indicar les hores teòriques i pràctiques de la titulació de postgrau.

3.2 Doctorat.

### 4. EXPERIÈNCIA PROFESSIONAL. Especificar:

- Els llocs de treball i tipus de centre.
- El tipus de contracte, data d'inici i finalització.
- Hores i activitats realitzades.
- Tipologia dels pacients,
- Tasques assistencials realitzades.

S'acompanyarà de la documentació necessària per certificar l'experiència laboral, per exemple, una carta signada pel responsable del centre o empresa on s'ha realitzat l'activitat en què s'indiqui el nombre d'hores treballades i les tasques realitzades, així com una còpia dels contractes laborals, si escau.

### 5. EXPERIÈNCIA DOCENT.

5.1 Experiència docent universitària en l'àmbit del Dolor: disciplines impartides, àrea de coneixement i departament a què pertanyen; cicle en què es troba i tipus de contracte, si escau (especifiqueu les dades d'inici i fi, nivell de dedicació, llocs i carreres docents que ocupen).

5.2 Experiència docent no universitària en l'àmbit del Dolor: cursos i/o disciplines impartides (indicar el nombre d'hores, els centres on s'han impartit i la vinculació contractual amb els centres, si escau).

### 6. EXPERIÈNCIA D'INVESTIGACIÓ.

#### 6.1 Publicacions.

6.1.1 Llibres. Capítols de llibres. Articles. Congressos, conferències, ponències, comunicacions i pòsters.

6.1.2 Projectes de recerca. Tesis de doctorat dirigides. Altres mèrits de recerca.

### 7. ALTRES FORMACIONS RELACIONATS AMB EL CAMP DEL DOLOR.

7.1. Cursos o tallers (en entitats, organismes, o societats professionals, nacionals o internacionals, de caràcter oficial).

7.2. Congressos, conferències o seminaris sobre dolor o patologies que cursen amb dolor.

### 8. ALTRES MÈRITS.

En tots els casos, caldrà presentar els originals i les còpies en paper i en format electrònic dels mèrits que es detallen al currículum.