

Acto oficial de entrega del Premio **celeste**

III premio internacional
de investigación de psicología
en fibromialgia
www.fibro.es



© noemí villamuza

RESUMEN TRABAJO GANADOR III PREMIO 'CELESTE'

Título del estudio

"EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA DE TRATAMIENTO PSICOEDUCATIVO PARA LA FIBROMIALGIA IMPLEMENTADO EN ATENCIÓN PRIMARIA: RESULTADOS DE UN ENSAYO CLÍNICO CONTROLADO / EFFECTIVENESS OF A PSYCHO-EDUCATIONAL TREATMENT PROGRAMME IMPLEMENTED IN GENERAL PRACTICE FOR FIBROMYALGIA PATIENTS: A RANDOMIZED CONTROLLED TRIAL"

Autores

Juan Vicente Luciano Devis
Nuria Martínez Gracia
María Teresa Peñarrubia María
Rita Montserrat Fernández Vergel
Javier García Campayo
María Camino Verduras Rubio
María Elena Blanco García
Mónica Jiménez Cot
José Miguel Ruiz Martín
Yolanda López del Hoyo
Antoni Serrano Blanco

Instituciones participantes

Centros de Atención Primaria Gavá-1, Gavá-2 y Viladecans-2.
Unidad de Investigación y Desarrollo - Parc Sanitari Sant Joan de Déu (Sant Boi de Llobregat)
Unidad de Psiquiatría - Hospital Miguel Servet (Zaragoza)

Justificación y pertinencia del estudio

La fibromialgia es un síndrome de curso crónico, etiología desconocida, de elevada prevalencia tanto en la población general (0.5%-4%) como en atención primaria (2%-6%) y afecta a la esfera biológica, psicológica y social del paciente. Se caracteriza principalmente por dolor crónico músculo-esquelético generalizado de origen no articular y por una elevada sensibilidad en múltiples puntos predefinidos. Diferentes tipos de fármacos se han utilizado

Acto oficial de entrega del Premio **celeste**

III premio internacional
de investigación de psicología
en fibromialgia
www.fibro.es



© noemí villamuza

en el tratamiento de la fibromialgia, pero sólo unos pocos han mostrado eficacia en ensayos clínicos controlados, desvaneciéndose los efectos a largo plazo. Un estudio de revisión reciente demostró la efectividad a corto y largo plazo de los tratamientos multicomponente (combinación de dos o más terapias no farmacológicas, por ejemplo, educación sobre la enfermedad, relajación, ejercicio físico, psicoterapia cognitivo-conductual, etc.) y son actualmente recomendados en diversas guías de práctica clínica. Resulta necesario conocer si este tipo de intervenciones constituyen una alternativa efectiva para el tratamiento de la FM en el contexto de atención primaria por medio de ensayos clínicos controlados.

Aportación del estudio al grado de evidencia disponible

El trabajo ganador del premio Celeste es el primer ensayo clínico controlado y randomizado que analiza la efectividad de una intervención multicomponente en el contexto de atención primaria.

Impacto de los resultados sobre la práctica actual

En atención primaria, el cuidado habitual proporcionado a los pacientes con fibromialgia está basado en la administración de fármacos de tipo analgésico, antidepresivo, o antiinflamatorio o bien consiste en un breve asesoramiento sobre ejercicio físico adaptado a las condiciones del paciente. Este cuidado habitual resulta insuficiente porque no consigue aliviar eficazmente la compleja sintomatología del paciente con fibromialgia. Recientes estudios controlados y guías de práctica clínica apoyan los tratamientos multicomponente aplicados por equipos multidisciplinares.

La intervención psicoeducativa que aquí se presenta ha sido implementada en un área de salud de la atención primaria Catalana por un equipo constituido por diferentes especialistas y tiene como marco teórico de referencia las recomendaciones establecidas en 2006 por la Dirección General de Planificación y Evaluación Sanitaria de la Generalitat de Catalunya en el documento "*Nuevo modelo de atención a la fibromialgia y el síndrome de fatiga crónica*". La intención del presente estudio es demostrar como un tratamiento basado en la educación sobre la enfermedad y la relajación, sumado al cuidado habitual, mejora en mayor medida el estado funcional del paciente fibromiálgico que el cuidado habitual por sí sólo.

Resumen del estudio

Objetivos: El objetivo principal del presente trabajo fue comparar la efectividad a los 12 meses de una intervención psico-educativa grupal (educación + relajación autógena) para pacientes con FM + tratamiento habitual vs. Sólo tratamiento habitual (condición control). También se exploró si había diferencias entre los Respondedores y No-Respondedores a la intervención en ciertas variables clínicas recogidas antes del tratamiento.

Acto oficial de entrega del Premio celeste

III premio internacional
de investigación de psicología
en fibromialgia
www.fibro.es



© noemí villamuza

Material y Métodos: Ensayo clínico controlado y aleatorizado. Potenciales participantes: 484 pacientes con FM incluidos en una base de datos del Hospital de Viladecans (Barcelona), los cuales habían sido derivados al especialista para confirmar diagnóstico. Criterios de exclusión: (1) diagnóstico no basado en criterios del American College of Rheumatology; (2) deterioro cognitivo (3) comorbilidad psiquiátrica/reumatológica grave, (4) esperanza de vida < 12 meses y (5) ausencia de escolarización. Finalmente, 108 pacientes fueron asignados aleatoriamente a la intervención y 108 a la condición control. El programa psico-educativo implementado por un equipo multidisciplinar, constaba de 9 sesiones (5 educativas y 4 de relajación autógena) de 2h de duración.

Resultados. La tasa de abandono final fue del 12.5% (Intervención: 10.2%; Control: 14.8%). Los análisis estadísticos revelaron que el grupo intervención mejoraba su estado funcional a nivel global tras la intervención, manteniéndose el efecto hasta los 12 meses. Concretamente, a los 12 meses, se observó una mejoría en las siguientes dimensiones del Cuestionario de Impacto de la Fibromialgia (FIQ): deterioro físico, días de malestar, dolor, fatiga matinal, rigidez, y depresión. Los pacientes que respondieron al tratamiento psico-educativo tenían una menor ansiedad rasgo antes del tratamiento.

Conclusiones. El tratamiento habitual junto a una intervención psico-educativa de dos meses de duración mejora el estado funcional de los pacientes con FM, hallándose efectos beneficiosos a corto y largo plazo. El tipo de diseño, los mínimos criterios de exclusión, el tamaño muestral y el uso de instrumentos estandarizados sugieren que el estudio posee adecuada validez.

Breve CV del investigador principal

Juan Vicente Luciano Devis. Doctor en Psicología, investigador del Parc Sanitari Sant Joan de Déu (Sant Boi de Llobregat) y miembro de la Red de Investigación en Actividades Preventivas y Promoción de la Salud (RedIAPP).

colabora



convoca

adfm
asociación
divulgación
fibromialgia



e-mail
tfno.

fmdivulgacion@hotmail.com
687 020 000