

XXI Congreso de la SVMEFR

# Programa de abordaje multidisciplinar de la Fibromialgia



Fernández García N.; Torres Cañete J.; Mulet Perry S.; Sabr Andreu C.; Servicio de Rehabilitación Hospital Vinalopó Elche.

VINALOPÓSALUD


XXI Congreso de GENERALITAT VALENCIANA



VINALOPÓSALUD





XXI Congreso de la SVMEFR



## Introducción

El síndrome de Fibromialgia (SFM) se caracteriza principalmente por la presencia de dolor crónico, difuso y generalizado, que puede llegar a ser invalidante y afectar a la esfera biológica, psicológica y social del paciente.

Dado que no existe ninguna prueba de laboratorio ni hallazgo radiológico específico para el diagnóstico del SFM, la valoración del dolor y de las consecuencias de la enfermedad en la calidad de vida de los afectados se considera fundamental para la evaluación de los sujetos con SFM.



XXI Congreso de la SVMEFR




## Características del programa

Intery multidisciplinar  
Organizado y completo  
Continuidad



XXI Congreso de la SVMEFR




VINALOPÓSALUD

XXI Congreso de la SVMEFR

## ¿Qué nos diferencia?



YO DECIDO IR A LA PISCINA

PRESCRIPCIÓN FACULTATIVA




- NO PUEDO
- NO QUIERO
- QUE BIEN ME LO HE PASADO PERO ME DUELE
- HAGO COSAS QUE ANTES NO HACÍA
  - ¿CÓMO PUEDO SEGUIR?
  - QUIERO APRENDER A NADAR

VINALOPÓSALUD






XXI Congreso de la SVMEFR




## ¿En qué consiste el Programa?

Tratamiento durante un mes:

- 8 sesiones de hidroterapia
- 5 charlas de educación sanitaria a cargo de reumatólogo, psiquiatra, psicólogo, médico rehabilitador y fisioterapeuta.




XXI Congreso de la SVMEFR



## En las charlas se trató:

- Enfermedad y sus características
- Fármacos recomendados por parte de Reumatología
- Tratamiento farmacológico psiquiátrico
- Manejo psicológico de la enfermedad y Terapias de relajación
- Recomendación de ejercicios y pautas de higiene postural
- Terapias alternativas
- Posibilidades de continuación y adaptación del ejercicio a las necesidades de cada uno.



 XXI Congreso de la SVMEFR 

# En el agua :

- Trabajo aeróbico
- Trabajo de fuerza
- Estiramiento
- Relajación


  
  
  






 XXI Congreso de la SVMEFR 











XXI Congreso de la SVMEFR



## Beneficios en la calidad de vida en personas con Fibromialgia. Un estudio piloto






XXI Congreso de la SVMEFR




## Objetivos e hipótesis

El objetivo del presente estudio es comprobar la eficacia del Programa en pacientes con Fibromialgia analizando las dimensiones de función física, rol físico, dolor corporal, salud general, vitalidad, función social, rol emocional y salud mental, así como la continuación y permanencia del programa.





XXI Congreso de la SVMEFR






## Método


**PARTICIPANTES**  
La muestra está constituida por **79** pacientes, **78** mujeres y **1** hombre, de edades comprendidas entre los **40** y los **78** años.

Los criterios de inclusión para formar parte de la muestra fueron:

- Estar diagnosticado de Fibromialgia
- Formar parte del Programa de Fibromialgia del Hospital Vinalopó
- Acudir a todas las sesiones
- Entrega del consentimiento informado



XXI Congreso de la SVMEFR




## Diseño


Los participantes acudieron al programa durante un mes, recibiendo del mismo **8** sesiones de Hidroterapia y **5** charlas, más las consultas médicas previas.

Las sesiones fueron realizadas en grupos de **10** personas, comenzando el estudio en junio de **2010** hasta junio de **2011**.


Las charlas se realizaron una vez a la semana, con los diferentes profesionales en las instalaciones del hospital.

El tratamiento de Hidroterapia se realizó **2** veces por semana, con una duración de **60** minutos al día.







XXI Congreso de la SVMEFR




## Evaluación SF-36

La versión estándar del Cuestionario de Salud SF-36 contiene 36 ítems agrupados en 8 dimensiones: función física, rol físico, dolor corporal, salud general, vitalidad, función social, rol emocional y salud mental.

Su sistema de puntuación está desarrollado de tal forma que la puntuación más alta significa un mejor estado de salud, de tal forma que 0 es el peor estado de salud y 100 el estado ideal de salud.

XXI Congreso de la SVMEFR



## Evaluación FIQ


La El FIQ es un cuestionario multidimensional autoadministrado. Valora los componentes de salud más afectados en pacientes con SFM y consta de 10 ítems.

El 1º contiene 10 subítems, con un rango de 4 puntos según una escala de Likert, valora la capacidad funcional para AVDs.


El 2º y 3º ítems corresponden a escalas numéricas que hacen referencias a días de la semana.


El resto de los ítems se valora mediante escalas visuales analógicas (EVA) de 0 a 10.

Para calcular el total, se suman las puntuaciones individuales debidamente recodificadas, representando el 0 la capacidad funcional y la calidad de vida más alta y 100 el peor estado.











XXI Congreso de la SVMEFR





# Evaluación FIQ

La El FIQ es un cuestionario validado en español.


Validación de la versión española del Fibromyalgia Impact Questionnaire.  
Monterde, S; Salvat, I; Fernández -Ballart, I. Rev. Esp. Reumat. 2004; 31: 507-13. vol. 31 núm. 09







XXI Congreso de la SVMEFR



**APÉNDICE 1. Cuestionario español de impacto de la fibromialgia: Spanish FIQ (S-FIQ)**

Para las preguntas 1-3, señale la categoría que mejor describa sus habilidades o sentimientos durante la última semana. Si usted nunca ha realizado alguna actividad de las preguntadas, déjela en blanco.

1. ¿Usted pudo?	Siempre	La mayoría de las veces	Ocasionalmente	Nunca
Ir a comprar	0	1	2	3
Lavar la ropa usando la lavadora y la secadora	0	1	2	3
Preparar la comida	0	1	2	3
Lavar los platos a mano	0	1	2	3
Pasar la aspiradora por la alfombra	0	1	2	3
Hacer las camas	0	1	2	3
Caminar varios centenares de metros	0	1	2	3
Visitar a los amigos o a los parientes	0	1	2	3
Cuidar el jardín	0	1	2	3
Conducir un coche	0	1	2	3

2. De los 7 días de la semana pasada, ¿cuántos se sintió bien?  
0 1 2 3 4 5 6 7

3. ¿Cuántos días de trabajo perdió la semana pasada por su fibromialgia?  
(si no trabaja fuera de casa, no conteste esta pregunta)  
0 1 2 3 4 5 6 7

Para las preguntas 4-10, marque en la línea el punto que mejor indique cómo se sintió usted la última semana

4. Cuando trabajó, ¿cuánto afectó el dolor u otros síntomas de la fibromialgia a su capacidad para trabajar?  
No tuve problemas \_\_\_\_\_ Tuve grandes dificultades

5. ¿Hasta qué punto ha sentido dolor?  
No he sentido dolor \_\_\_\_\_ He sentido un dolor muy intenso


6. ¿Hasta qué punto se ha sentido cansado?  
No me he sentido cansado \_\_\_\_\_ Me he sentido muy cansado

7. ¿Cómo se ha sentido al levantarse por la mañana?  
Me he despertado descansado \_\_\_\_\_ Me he despertado muy cansado

8. ¿Hasta qué punto se ha sentido agotado?  
No me he sentido agotado \_\_\_\_\_ Me he sentido muy agotado

9. ¿Hasta qué punto se ha sentido tenso, nervioso o ansioso?  
No me he sentido nervioso \_\_\_\_\_ Me he sentido muy nervioso

10. ¿Hasta qué punto se ha sentido deprimido o triste?  
No me he sentido deprimido \_\_\_\_\_ Me he sentido muy deprimido



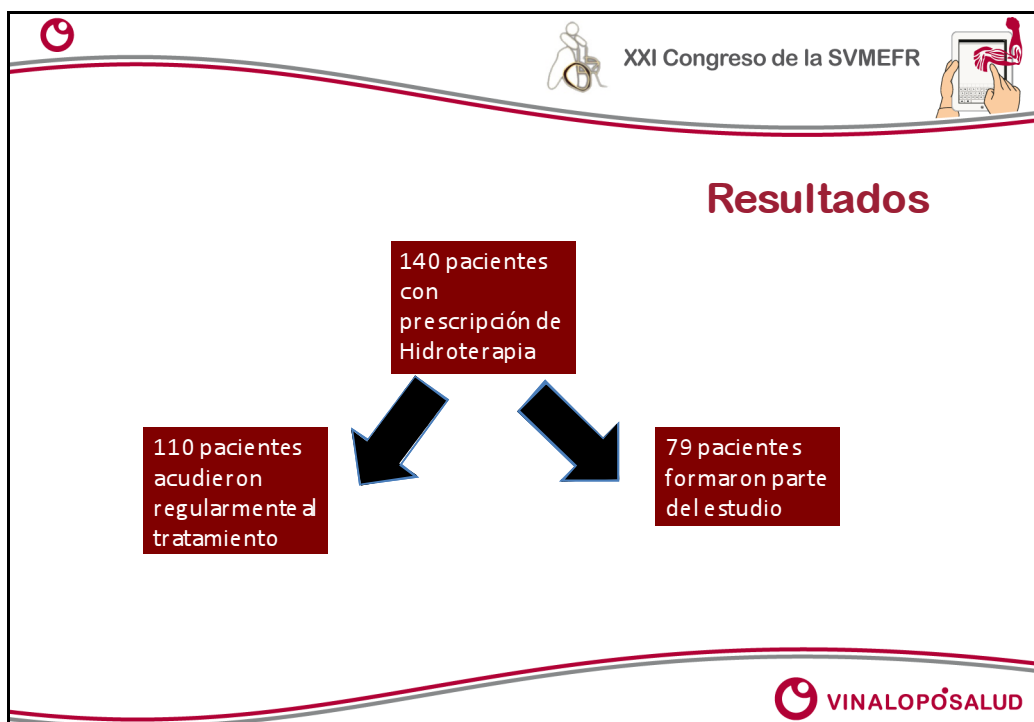
## Análisis estadísticos

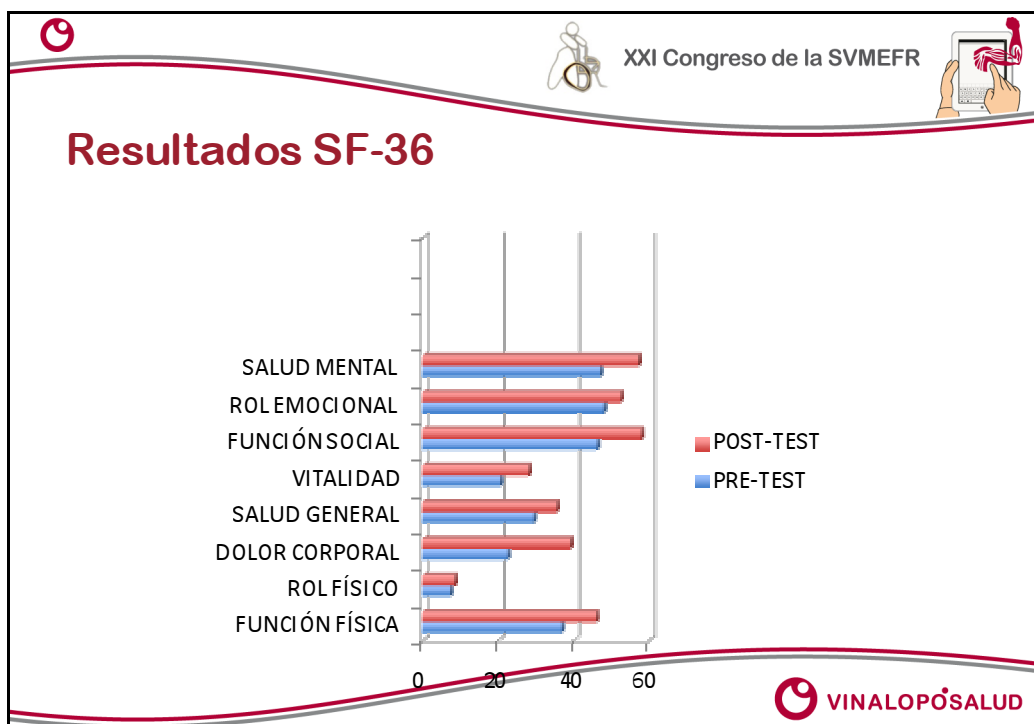
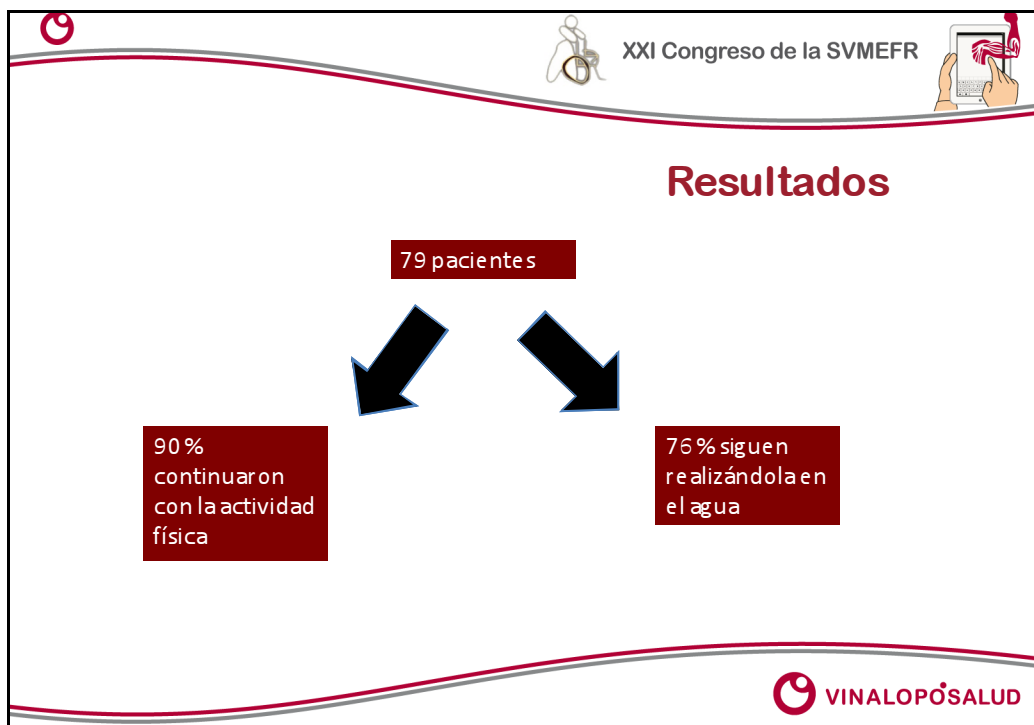
Para realizar los análisis estadísticos se utilizó el programa SPSS 18 para MAC.

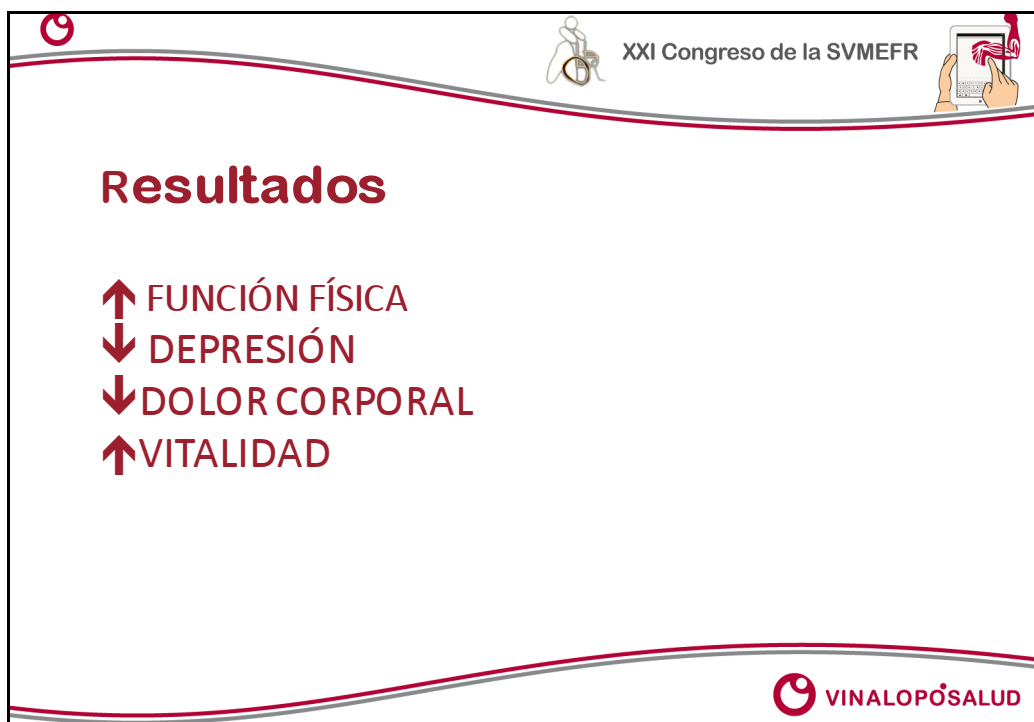
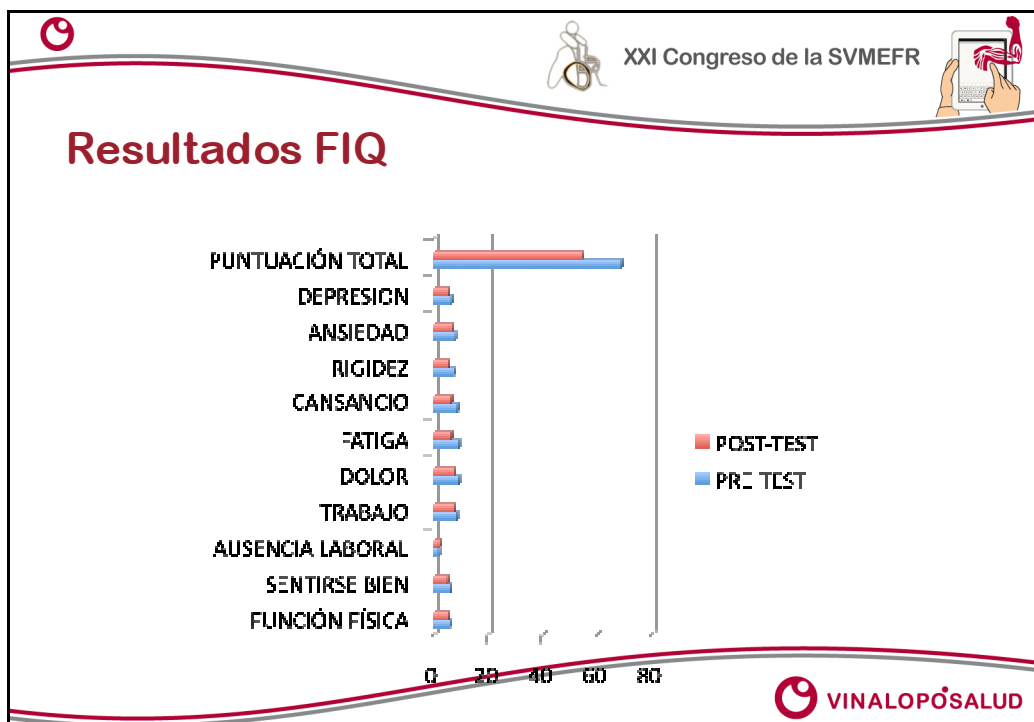
Con el objetivo de comparar las puntuaciones pre-test y post-test en cada grupo se efectuaron comparaciones de medias.




Se aplicaron pruebas T de Student con un nivel de significación de  $p < 0.05$ .

Se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman para analizar la asociación entre los ítems de FIQ y SF-36 y el coeficiente de correlación intraclass entre las puntuaciones totales.








  XXI Congreso de la SVMEFR 

# Resultados

## MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA



  XXI Congreso de la SVMEFR 



