

Efectivitat d'una intervenció multidisciplinària en l'evolució de la lumbàlgia subaguda inespecífica en població activa



Fonament.1

- 14,8% prevalença de lumbàlgia a la població espanyola

Humbria A, Carmona L, Ortiz AM. Tratamiento de la lumbalgia inespecífica, ¿qué nos dice la literatura?. Rev Esp Reumatol. 2002; 10:494-8.

- 44,8% probabilitat de patir un episodi de lumbàlgia en els propers 6 mesos

Picavet HS, Schouten JS, Smit HA. Prevalence and consequences of low back problems in The Netherlands, working vs non-working population, the MORGEN-Study. Monitoring Project on Risk Factors for Chronic Disease. Public Health. 1999;113(2):73-7.

Fonament.2

- 21,9 dies absentisme laboral
- >1200 € pacient/any l'any 1999 (sense tenir en compte les mestresses de casa)

González MA et al. Incapacidad por dolor lumbar en España. Med Clin (Barc). 2000; 114:491-2.

- L'estudi de Kovacs et al, mostra una persistència del dolor en 37% i empitjorament en el 10%

Kovacs FM, Fernández C, Cordero A, Muriel A, González-Luján L, Gil del Real MT; Spanish Back Pain Research Network. Non-specific low back pain in primary care in Spanish National Health Service: a prospective study on clinical outcomes and determinants of management. BMC Health Services Research. 2006; 6: 57.

<http://www.biomedcentral.com/content/pdf/1472-6963-6-57.pdf>

Lumbàlgia Subaguda

Inespecífica: definició de cas

- Episodi de **lumbàlgia aguda inespecífica** (sense **senyals d'alerta** de malaltia potencialment severa)



- Amb una durada del dolor de entre **15 dies** i **3 mesos**



Senyals d'alerta de la lumbàlgia

- Edat superior a 55 anys
- Traumatismes severos o traumatismes lleus en persones amb osteoporosi
- Antecedents de neoplàsia , VIH + o immunodeficiències
- Febre, pèrdua de pes inexplicable
- Infecció urinària
- Presa perllongada de corticoides
- Addicció drogues via parenteral
- Dolor de ritme inflamatori
- Incontinència d'esfínters, anestèsia en sella de muntar
- Dèficit neurològic a l'extremitat inferior significatiu o progressiu



Metodologia: disseny, participants i àmbit

- **Disseny**

Assaig clínic aleatori multicèntric

- **Participants**

Persones >18 i <65 anys (n=696) amb **lumbàlgia subaguda inespecífica**, ateses als 36 centres d'atenció primària

⚡ **348** persones assignades al **grup intervenció**

⚡ **348** assignades al **grup control**

Objectiu principal

Analitzar l'efectivitat d'una **intervenció multidisciplinària** versus **tractament clínic habitual** en:

- la ↓ incidència de lumbàlgia crònica
- la ↓ intensitat del dolor
- la ↓ durada de l'episodi
- la millora de la qualitat de vida

en **adults** amb lumbàlgia subaguda
inespecífica

Lumbàlgia Subaguda

Inespecífica: criteris d'inclusió

- Edat entre **18 i 65 anys**
- Episodi de **lumbàlgia subaguda inespecífica**
- Entendre el **català i/o el castellà**
- Estar potencialment **localitzable** durant els propers **12 mesos**

Criteris d'exclusió-1

- **No disposar de telèfon**
- **Incapacitat de respondre el qüestionari**
- **Embaràs o lactància**
- **Abús d'alcohol o altres drogues (segons registre o anamnesi recent)**
- **Malaltia mental severa (esquizofrènia, depressió major severa, ...)**
- **Neoplàsia en fase avançada**
- **Immunodeficiències severes**
- **Signes i símptomes constitucionals: febre, pèrdua de pes inexplicable**
- **Incontinència d'esfínters, anestèsia en sella de muntar**

Críteris d'exclusió-2

- **Intolerància o al·lèrgia als antiinflamatoris, AINES o paracetamol.**
- **Antecedents de traumatismes severs**
- **Intervenció prèvia d'hèrnia discal**
- **Hèrnia discal amb radiculàlgia**
- **Osteoporosi severa de qualsevol causa (presa perllongada de corticoides, hiperparatiroidisme...)**
- **Dolor de ritme inflamatori**
- **Dèficit neurològic a l'extremitat inferior significatiu o progressiu**
- **Fibromiàlgia**

Mesures



Variables dependents

	Seguiment			
	Visita 15 dies	Visita 3 m	Visita 6 m	Visita 12 m
Severitat dolor (McGill)	◆	◆		◆
Discapacitat (Roland Morris)	◆	◆		◆
Qualitat de Vida (SF12)	◆	◆		◆
Durada de l'episodi actual de dolor lumbar (dies)	◆	◆		◆
Baixa laboral	◆	◆		◆
Durada de la baixa (dies)	◆	◆		◆
Percentatge canvi tractament farmacològic		◆		◆
Satisfacció amb l'atenció rebuda	◆	◆		◆

Variables dependents

Psicosocials	Seguiment			
	Visita 15 dies	Visita 3 m	Visita 6 m	Visita 12 m
Conductes de por i o evitació (Qüestionari FAB)	◆	◆		◆
Depressió i ansietat (Goldberg)				

Kovacs FM, Muriel A, Medina JM, Abreira V, Sanchez MD, Jauregui JO; Spanish Back Pain Research Network. Psychometric characteristics of the Spanish version of the FAB questionnaire. Spine. 2006;31(1):104-10.

Variables independents

Sociodemogràfiques	Seguiment			
	Visita 15 dies	Visita 3 m	Visita 6 m	Visita 12 m
Edat				
Sexe				
Professió	◆			
Nivell d'instrucció				
Nombre de fills				

Variables independents

Clíniques	Seguiment			
	Visita 15 dies	Visita 3 m	Visita 6 m	Visita 12 m
Pes i talla	◆			
Episodis previs dolor lumbar	◆			
Irradiació a la cama	◆			
Severitat del dolor irradiat a la cama (EVA)	◆			
Maniobra de Lessegue	◆			
Tractament farmacològic prescrit	◆	◆		◆
Compliment de les recomanacions		◆		◆
Proves diagnòstiques sol·licitades	◆	◆		◆
Derivacions a altres serveis i tractaments complementaris	◆	◆		◆
Visites d'urgències a l'hospital o Atenció Primària	◆			

Metodologia

Grup control

- **Interv. individual**
Aplicació de les recomanacions de la Guia de Pràctica Clínica de Patologia de la columna lumbar en l'adult. ICS



Intervenció educativa grupal

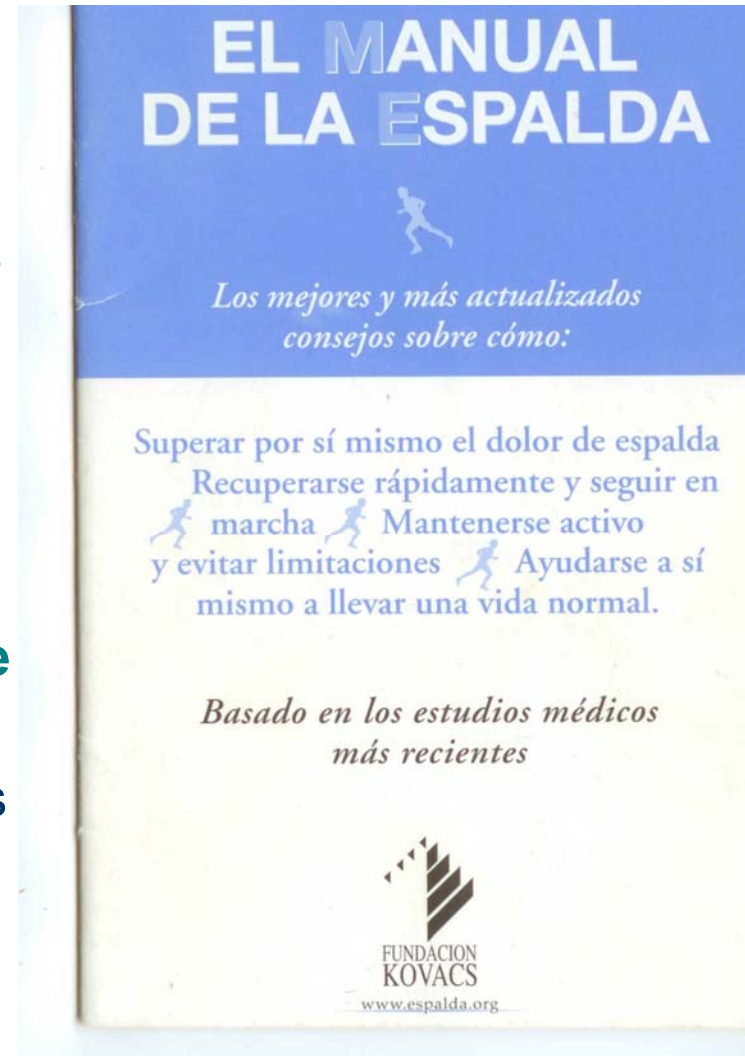
Grup Intervenció

- **Intervenció individual**

Aplicació de les recomanacions de la Guia de Pràctica Clínica de Patologia de la columna lumbar en l'adult. ICS.

- **Intervenció grupal**

- Ⓜ **Taller d'educació sanitària de 10 hores de durada**
- Ⓜ **DVD** per reforçar els continguts educatius treballats als grups
- Ⓜ Un **llibret informatiu** validat
- Ⓜ **CD** relaxació



Intervenció educativa grupal

Participants:

- @ Grup de 8 a 12 persones amb lumbàlgia subaguda inespecífica

Ubicació:

- @ Sala al propi barri segons disponibilitat
- @ Preferent: EAP/SAP
- @ Opcions alternatives:
Associació de Veïns
Poliesportiu / Casal

<p>Lloc: Sala polivalent CAP Sant Martí de Provençals Plaça de la Infància, s/n</p> <p>Dies: 2, 3, 4, 9, 10 de març de 2009</p> <p>Horaris: De 17.30 a 19.30 hores</p> <p>Material que cal portar: <u>Sessió de Fisioteràpia</u> Roba còmoda i Tovallola <u>Sessió de Psicologia</u> Tovallola</p>	 <p>Amb el finançament de La Marató 3</p>	<p>Institut Català de la Salut</p> <p>Grups de suport per a persones que tenen dolor lumbar</p> 
--	---	---

<p>Objectiu Disminuir la intensitat i la durada del dolor lumbar i millorar la qualitat de vida</p> <p>Dirigit a persones amb dolor lumbar</p> <p>Professionals:</p> <ul style="list-style-type: none">• M^a Jesús González (metgessa de família)• Petra Bonilla (treballadora social)• Magda Miguez (infermera)• Elena Montiel (fisioterapeuta)• Jenny Moix (psicòloga)	<p>Continguts</p> <p>02/03/09: metgessa i infermera De 17.30 a 18 hores: Presentació dels/de les assistents. Objectius del grup. De 18 a 19,30 hores: Plantejar els mites, dubtes i preguntes freqüents sobre el mal d'esquena</p> <p>03/03/09: fisioterapeuta De 17.30 a 18 hores: Entendre i posar en pràctica l'ús sà de la columna De 18 a 19,30: Saber com agafar pesos i no fer-se mal, la nostra panxa també és una fal·la. Flexibilitzar de la columna</p> <p>04/03/09: fisioterapeuta De 17h30 a 18h30: Reflexió de com influeix el calçat i la manera de caminar a la columna. Treballar l'equilibri entre la força i la flexibilitat De 18h30 a 19,30: Ensenyar exercicis d'esquena, com fer les activitats de la vida</p>	<p>09/03/09: psicòloga De 17.30 a 18.30 hores: Els pensaments, les emocions i les conductes: influència en el dolor De 18.30 a 19.30 hores: Aprendre la relaxació</p> <p>10/03/09: psicòloga De 17.30 a 18.30 hores: Conèixer i identificar els pensaments distorsionats. Comprendre com aquests pensaments augmenten el dolor. De 18.30 a 19.30 hores: Reflexió sobre els valors de la vida. Analitzar diferents formes d'organitzar millor el temps. Proposar un canvi realista.</p> <p>Comiat del grup Avaluació de l'activitat Suggeriments per seguir</p>
---	---	---

Cronograma de la intervenció educativa grupal

Durada de 10 hores, distribuïdes en dues sessions de 4 hores i una sessió de 2 hores

Primer dia	Segon dia	Tercer dia
1h 45' Metge/ Infermera	2h Psicòloga	1h 30' Psicòloga
15' Descans		30' DVD Psico+ Fisiot + MF
2h Fisioterapeuta		2h Fisioterapeuta

Intervenció educativa grupal.

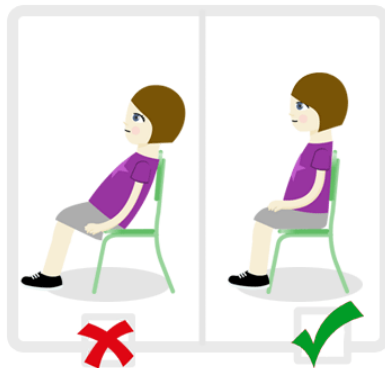
Primer dia

1^a sessió 1h 45'



- Professional: Metge de família de l'equip investigador i Infermera de l'EAP (continuïtat).
- Objectiu: Resoldre dubtes i desmitificar conceptes. Empowerment. Afavorir l'adherència a la intervenció.
- Contingut: Dubtes i mites.

Descans 15'
2^a sessió 2h

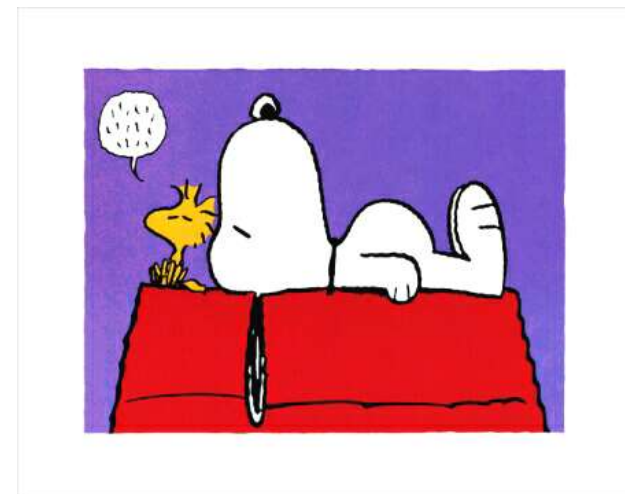
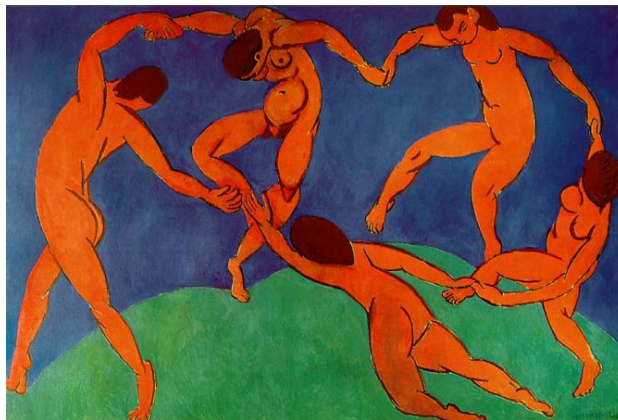


- Professional: Fisioterapeuta
- Objectiu: Proporcionar eines sobre exercicis/postures de la vida diària per a evitar el dolor, la seva cronificació i permetre una vida diària normal.
- Contingut: Pràctica sobre exercicis preventius. Columna, canvis posturals.

Intervenció educativa grupal. Segon dia

1 sessió de 2h

- Professional: Psicòloga
- Objectiu: Introducció a la teràpia cognitiu-conductual
- Contingut: Teràpia cognitiu-conductual i relaxació



Intervenció educativa grupal.

Tercer dia



1 sessió 1h 30'

🌀 **Professional:** Psicòloga

🌀 **Contingut:** Reestructuració cognitiva, valors vitals i organització

2 sessió 30'

🌀 **Professionals:** Psicòloga + Fisioterapeuta + MFiC o Infermera

🌀 **Contingut:** DVD sobre la LSAI

3 sessió 2h

🌀 **Professional:** Fisioterapeuta

🌀 **Contingut:** Pràctica sobre exercicis preventius. El peu, exercicis de precisió

Què oferim als pacients que siguin assignats al grup control?

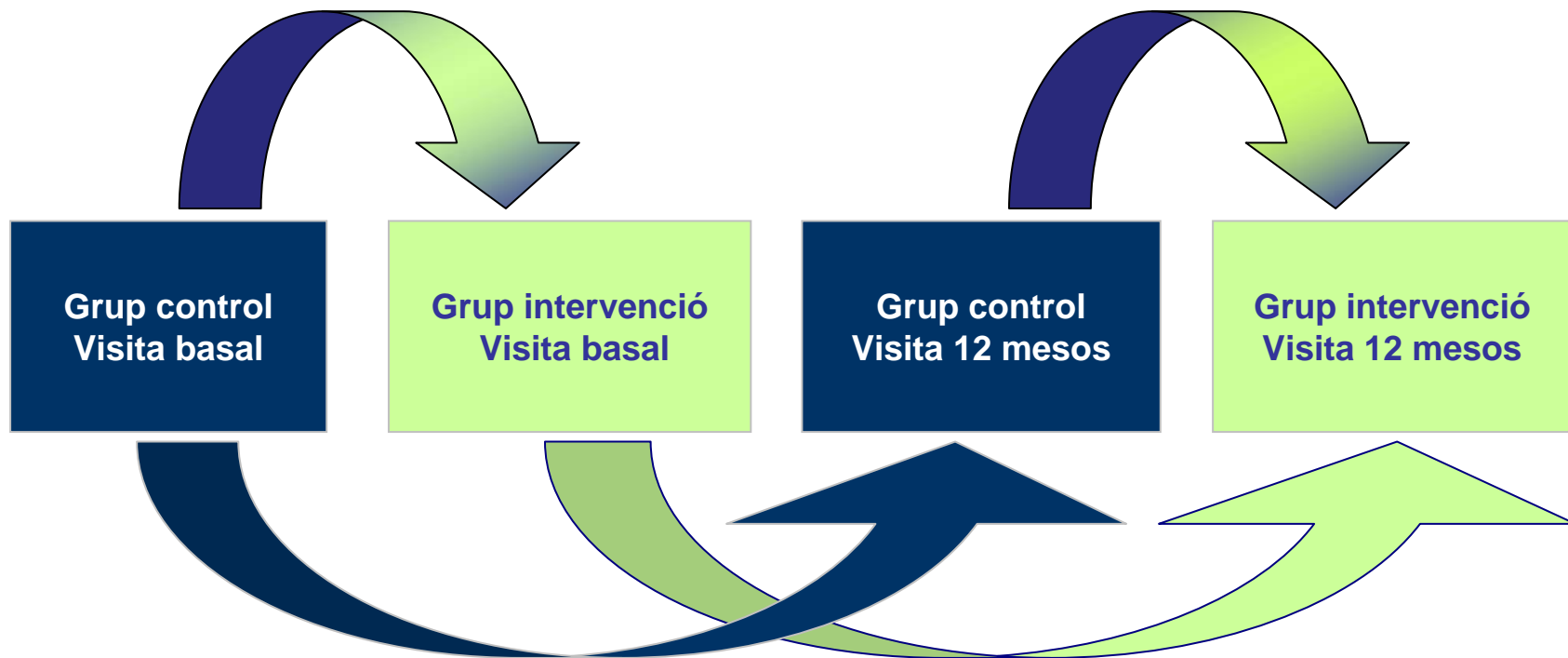


AL FINALITZAR L'ESTUDI

- ☑ **CD relaxació**
- ☑ **DVD** amb els continguts educatius treballats als grups
- ☑ **Un llibret informatiu** validat

Anàlisi de les dades

Es realitzarà **per intenció de tractar i per protocol**



Tasques dels professionals

- ☑ Identificar els casos
- ☑ Comprovar els criteris d'inclusió i exclusió
- ☑ Explicar els objectius de l'estudi i proposar la participació
- ☑ Entregar el full d'informació i consentiment informat
- ☑ Derivar a la monitora de l'estudi



Període d'inclusió: De maig a desembre de 2009

Què oferim



- ☑ **Certificat d' investigador associat que puntua en la carrera professional** si recull 5 casos o més en 15 dies (≥ 35 casos o més /equip)
- ☑ **Professional referent:** Possibilitat de participar en **publicació** segons el nivell d' implicació. Col.laboració **docent** a la intervenció grupal remunerada.

COMPROMÍS DE COL·LABORACIÓ DELS PROFESSIONALS PARTICIPANTS EN EL PROJECTE EN CONCEPTE D'INVESTIGADORS ASSOCIATS

L'Institut d'Investigació en Atenció Primària Jordi Gol (IDIAP) té com a objectiu la promoció de la recerca, la formació i la difusió dels resultats de la investigació en l'àmbit de l'atenció primària de salut.

En aquest marc, l'IDIAP dóna suport al projecte “**Efectivitat d'una intervenció multidisciplinària en l'evolució de la lumbàlgia subaguda inespecífica en població activa**” del qual n'és Investigadora principal la Dra. Montse Balagué.

Part d'aquest suport consisteix en gestionar la participació de professionals d'atenció primària en distintes tasques que s'especifiquen en el protocol.

L'objecte d'aquest document és regular les condicions de col·laboració com a investigador associat a l'esmentat projecte del Sr/Sra

Nom: _____

Cognoms: _____

PER PART DE L'INVESTIGADOR ASSOCIAT

L'investigador associat declara que coneix i accepta el protocol del projecte i la Guia de Bones Pràctiques en Recerca a l'Atenció Primària de l'IdiAP, i amb la signatura del present document es compromet a:

Primer.- Conèixer el protocol i realitzar correctament les tasques de:

- Reclutament d'un mínim de 5 persones amb lumbàlgia inespecífica
- Registre complet de les dades del formulari de reclutament dels participants
- Facilitar el contacte de la monitora amb els pacients

Segon.- Respectar i complir les normes ètiques i la guia de bones pràctiques en la recerca esmentada.

Tercer.- Acceptar les indicacions de l'investigador principal, i comunicar-li qualsevol incidència en el desenvolupament del projecte.

Quart.- Guardar confidencialitat de les dades i respectar la normativa vigent en aquest aspecte.

Cinquè.- Sol·licitar en totes les propostes de presentació pública o publicació, el vistiplau previ de l'investigador principal.

Sisè.- Comunicar a l'investigador principal i a l'IdiAP Jordi Gol qualsevol canvi en el seu lloc de treball esdevingut des de la signatura del present compromís fins a la finalització del projecte.

PER PART DE L'IDIAP JORDI GOL

L'Idiap es compromet a vetllar pel bon funcionament del projecte, donant suport als investigadors i facilitant les tasques relacionades amb el mateix.

Així mateix, un cop acabat el projecte, i de cara a la carrera professional, l'Idiap certificarà la participació de l'investigador amb la categoria d'associat, sempre que l'IP ratifiqui que ha estat efectiva.

Aquest compromís de col·laboració es mantindrà vigent fins a la finalització del projecte.

Metodologia

Tasques de la monitora de l'estudi

- ☑ Trucada telefònica per concertar
- ☑ Recollida de la informació mitjançant entrevista als/ a les participants
- ☑ Contactar amb el professional que ha derivat el cas per preguntar sobre la seva evolució
 - Tractaments
 - Baixes
 - Evolució a lumbàlgia crònica o resolució
 - Altres dubtes relacionats amb el pacient

Resultats esperats

Aportar evidències sobre l'efectivitat de la intervenció multidisciplinària en

- **La disminució de la intensitat del dolor lumbar**
- **La disminució de la durada de l'episodi de lumbàlgia**
- **La millora de la qualitat de vida**
- **La disminució de la incidència de lumbàlgia crònica**

Resta equip Investigador

- **Montserrat Balagué Epidemiòloga i MFiC. CAMFIC**
- **Paloma Carrillo Epidemiòloga. IDIAP**
- **Marta Cabanas Farmacèutica i Epidemiòloga. IDIAP**
- **M^a Isabel Fernández Epidemiòloga SAP Litoral. ICS**
- **Maria Jesús González MFiC Grup Dolor CAMFIC**
- **Raquel Martín MFiC EAP .Grup Dolor CAMFIC**
- **Esther Núñez Infermera i Dra. en Sociologia. SAP Exploracions I tractaments. ICS**
- **Montse Núñez Infermera i Dra. en Sociologia. Hospital Clínic i Provincial de Barcelona**
- **Magda Pie MFiC Grup Reumatologia CAMFIC**
- **Enriqueta Pujol Epidemiòloga IDIAP Jordi Gol**
- **M^a Teresa Rodriguez Estadística IDIAP Jordi Gol**
- **Mercè Roura MFiC I Directora SAP Litoral. ICS**

Investigadores que realitzen la intervenció i monitora de l'estudi



- **Jenny Moix**
Doctora en Psicologia
UAB

- **MFiC metge de l'equip investigador/EAP**
- **Una infermera de l'equip investigador/EAP**



- **Elena Montiel Morillo**
Fisioterapeuta
Hospital de Sant Pau



- **Anna Berenguera**
Psicòloga
Monitora de l'estudi
IDIAP Jordi Gol



Moltes gràcies