



ORIGINAL

Efectividad de la información escrita e ilustrada en la adherencia a un programa terapéutico domiciliario en pacientes con cervicalgia crónica: un estudio piloto

E. Padilla-Quero* y M.C. Osuna-Pérez

Departamento de Ciencias de la Salud, Universidad de Jaén, Jaén, España

Recibido el 5 de marzo de 2012; aceptado el 22 de mayo de 2012

Disponible en Internet el 25 de octubre de 2012

PALABRAS CLAVE

Adhesión del paciente;
Fisioterapia;
Folleto informativo para pacientes;
Cervicalgia

Resumen

Objetivo: Determinar la efectividad de una información escrita e ilustrada en la adherencia terapéutica a un programa de ejercicios domiciliario en pacientes con cervicalgia crónica.

Material y métodos: Estudio piloto de diseño experimental, aleatorizado y controlado, con enmascaramiento de los pacientes. La muestra se reclutó del personal de Administración y Servicios de la Universidad de Jaén, que presentaba cervicalgia crónica. Todos los sujetos recibieron 3 sesiones individuales de tratamiento fisioterapéutico, junto con la prescripción (validada por 10 expertos) de 5 ejercicios cervicales y 5 recomendaciones posturales. Los pacientes del grupo control recibieron esta información de forma oral, mientras que en el grupo experimental dicha información se reforzó con instrucciones por escrito e ilustradas. Se evaluó, a los 15 días del final del tratamiento, la adherencia al programa terapéutico preguntando a los sujetos si recordaban, ejecutaban y con qué frecuencia semanal cumplían los 10 componentes prescritos. Se categorizó la variable resultado en: Nula, Poca, Bastante y Mucha adherencia.

Resultados: Un total de 30 sujetos participantes fueron asignados aleatoriamente al grupo experimental (n = 15) y al grupo control (n = 15). Se encontraron diferencias significativas entre ambos grupos (p = 0,028) con relación a la adherencia terapéutica, de manera que el 86,6% de los pacientes que recibieron información escrita mostraron «Bastante» o «Mucha adherencia» frente al 46,7% del grupo control.

Conclusiones: La incorporación de instrucciones terapéuticas (ejercicios y recomendaciones posturales) por escrito e ilustradas puede considerarse una estrategia efectiva y clínicamente viable para mejorar la adherencia terapéutica en pacientes con cervicalgia crónica.

© 2012 Asociación Española de Fisioterapeutas. Publicado por Elsevier España, S.L. Todos los derechos reservados.

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: elenapadilla@live.com (E. Padilla-Quero).

KEYWORDS

Patient adherence;
Physical therapy
specialty;
Patient education
handout;
Neck pain

Effectiveness of written and illustrated information in the adherence to a home-based therapeutic program in patients with chronic neck pain: a pilot study

Abstract

Objective: To determine the effectiveness of written and illustrated information in the adherence to a home-based therapeutic exercise program in patients with chronic neck pain.

Materials and methods: An experimental, randomized and controlled pilot designed study, with blinding of patients was performed. The sample consisted of Management and Service Personnel of the University of Jaen who had chronic neck pain. All subjects received 3 individual sessions of physiotherapy and the prescription (validated by 10 experts) of 5 neck exercises and 5 postural recommendations. Patients in the control group received this information orally, while in the experimental group that information was reinforced by written and illustrated instructions. Treatment adherence to the therapeutic program was evaluated at 15 days of its completion by asking the subjects if they remembered, performed the 10 components prescribed and how often they did so. The result endpoint was grouped into Null, Little, A lot and Much adherence. **Results:** A total of 30 participating subjects were randomly assigned to the experimental group (n = 15) and the control group (n = 15). Significant differences were found in relation to therapeutic adherence between the two groups ($P = .028$). A total of 86.6% of the patients who had received written information showed "A lot" or "Much adherence" compared to 46.7% in the control group.

Conclusions: The incorporation of written and illustrated therapeutic instructions (exercises and postural recommendations) can be considered an effective and clinically viable strategy to improve therapeutic adherence in patients with chronic neck pain.

© 2012 Asociación Española de Fisioterapeutas. Published by Elsevier España, S.L. All rights reserved.

Introducción

La cervicalgia mecánica es la forma más frecuente de dolor cervical. Hace referencia al dolor de cuello localizado entre el occipital y la tercera vértebra torácica, con o sin irradiación a la parte proximal de los miembros superiores. Suele estar producida por un espasmo muscular cuya causa exacta no es bien conocida hoy día. Aparece frecuentemente asociada a factores posturales^{1,2}.

El dolor de cuello constituye en la actualidad un problema de salud de alta prevalencia. Aproximadamente el 50% de la población activa ha sufrido un episodio de cervicalgia en alguna ocasión³, además de afectar al 70% de las personas en algún momento de sus vidas^{4,5}. En el 14% de los casos tiene una duración de 6 meses o más⁶, causando dificultades no solo en el trabajo, sino también en su vida cotidiana, en el hogar y en sus actividades de ocio⁷. Consecuentemente, la cervicalgia genera considerables costes sanitarios, la mayoría causados por la compensación de baja por enfermedad^{8,9}.

En la actualidad, los ejercicios físicos son una parte principal de cada programa multidisciplinario para el tratamiento del dolor crónico del cuello^{10,11}. Además, mejorar la información que se da a los pacientes con cervicalgia sobre la relación entre la actividad física y el dolor puede ayudar a reestructurar sus conocimientos y sus actitudes hacia el dolor de cuello¹².

En el contexto de la rehabilitación, el concepto de la adherencia es multidimensional y ha sido definida como una «participación colaboradora, activa y voluntaria del paciente en un curso mutuamente aceptable de conducta para producir el resultado preventivo o terapéutico

deseado»¹³. El éxito de muchos programas de fisioterapia depende del compromiso del individuo con el tratamiento prescrito, así como del mantenimiento de los regímenes terapéuticos durante un periodo de tiempo¹⁴. La falta de seguimiento de las prescripciones en los tratamientos es uno de los mayores problemas que afectan a los profesionales de la salud. Especialmente en el caso de la fisioterapia, este problema se agudiza por el costo y el esfuerzo que le supone al paciente el cumplir tales prescripciones^{15,16}.

Por todo ello, el objetivo de este estudio es comparar la efectividad de una información por escrito e ilustrada, además de una información verbal, frente a una información solo oral en el aumento de la adherencia a un programa de ejercicios para el hogar en pacientes con cervicalgia crónica.

Material y métodos**Diseño**

Se realizó un estudio piloto de diseño experimental, aleatorizado y controlado. La investigación se llevó a cabo en las aulas de prácticas de Fisioterapia del Campus Universitario de Jaén en el periodo del 1 al 30 de abril de 2011.

Población de estudio

La población de referencia para el estudio fue el personal de Administración y Servicios de la Universidad de Jaén que presentaba cervicalgia crónica. Los criterios de inclusión fueron: tener más de 18 años, presentar dolor cervical de tipo mecánico crónico (> 3 meses), con o sin irradiación a los

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/2617477>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/2617477>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)