

marcha y valorar su efecto, es importante demostrar la necesidad de fisioterapeutas en estas unidades.

**Relevancia para la profesión o la práctica clínica:** Es importante demostrar la necesidad de fisioterapeutas en diferentes unidades asistenciales, para ello es imprescindible poner en marcha protocolos de intervención y valoración.

**Palabras clave:** Fisioterapia. Salud mental. Ejercicio terapéutico.

**Keywords:** *Physical Therapy Modalities. Mental Health. Exercise Therapy.*

[https://doi.org/10.1016/S0211-5638\(24\)60136-7](https://doi.org/10.1016/S0211-5638(24)60136-7)

### P-77. USABILIDAD DE UN PROGRAMA DE TELERREHABILITACIÓN FISIOTERÁPICA EN DOLOR CRÓNICO ASOCIADO A ANSIEDAD-DEPRESIÓN

#### USABILITY OF A PHYSICAL THERAPY TELEREHABILITATION PROGRAMME FOR CHRONIC PAIN ASSOCIATED WITH ANXIETY-DEPRESSION

S. Calvo<sup>1</sup>, L. Arranz Fraca<sup>1</sup>, A. Pastor Bernad<sup>1</sup>, A. Montijano Rodeles<sup>2</sup>, S. Guerra Borrella<sup>4</sup>, D. Lapuente-Hernández<sup>1</sup>, B. Carpallo-Porcar<sup>2</sup>, N. Brandín de la Cruz<sup>2</sup> y C. Jiménez Sánchez<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Fisiatría y Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud, IIS Aragón, Universidad de Zaragoza, Zaragoza.

<sup>2</sup>Departamento de Fisioterapia, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad San Jorge, Villanueva de Gállego. <sup>3</sup>Hospital Mutua de Accidentes de Zaragoza, Zaragoza.

**Introducción:** Estudios han revelado que hasta el 85% de los pacientes diagnosticados de ansiedad-depresión presentan dolor crónico. Por otro lado, la implementación del uso de sistemas telemáticos se ha reconocido como modalidad de tratamiento eficaz de cara a disminuir los gastos sanitarios en pacientes crónicos, y a que los pacientes se adhieran con más confianza al tratamiento, sobre todo, aquellos con mayor posibilidad de absentismo.

**Objetivos:** Evaluar la usabilidad y satisfacción de una intervención en fisioterapia basada en una modalidad telemática para personas con dolor crónico asociado a ansiedad-depresión.

**Metodología:** Estudio transversal descriptivo en personas con dolor crónico asociado a ansiedad-depresión de la Asociación de Apoyo al Tratamiento de Ansiedad y Depresión en Aragón (AFDA). El plan de intervención telemático de 8 semanas, fundamentado en educación en neurociencia del dolor y prescripción de ejercicio terapéutico, se desarrolló a través de una plataforma online. Además, fueron añadidas sesiones de psicología presenciales. La usabilidad y satisfacción con el sistema telemático se realizó posintervención mediante el cuestionario abreviado sobre la usabilidad de la telemedicina "Telehealth Usability Questionnaire" (TUQ), validado al español y compuesto por 12 preguntas tipo Likert, y a través de un enfoque cualitativo, mediante la realización de un grupo focal.

**Resultados:** 5 mujeres con una edad media de 54,5 años ( $\pm 10,5$ ) participaron en el estudio. El 75,1% de la muestra indicó estar totalmente de acuerdo con el uso de la telemedicina. A nivel cualitativo, aparecieron 2 temas de interés: programa de intervención multimodal y abordaje con telerrehabilitación.

**Conclusiones:** Un programa de intervención fisioterápica de forma telemática se plantea como un sistema útil que genera satisfacción de los usuarios. Se necesitan estudios con mayor muestra, mayor duración de la intervención y seguimiento para extrapolar resultados.

**Relevancia para la profesión o la práctica clínica:** Destaca el uso de sistemas telemáticos como vía de intervención en el abordaje del dolor crónico asociado a ansiedad-depresión por sus posibilidades de adaptación al contexto de esta población.

**Palabras clave:** Telerrehabilitación. Ejercicio terapéutico. Educación. Dolor crónico. Depresión. Ansiedad.

**Keywords:** *Telerehabilitation. Exercise Therapy. Education. Chronic pain. Depression. Anxiety.*

[https://doi.org/10.1016/S0211-5638\(24\)60137-9](https://doi.org/10.1016/S0211-5638(24)60137-9)

### P-78. EFICACIA DE UN PROGRAMA DE TELE-REHABILITACIÓN MULTIMODAL A NIVEL PSICOSOCIAL EN PACIENTES POSAGUDOS TRAS COVID-19

#### EFFICACY OF A MULTIMODAL TELEREHABILITATION PROGRAM ON THE PSYCHOSOCIAL LEVEL IN POST-ACUTE PATIENTS AFTER COVID-19

C. Jiménez Sánchez<sup>1,2</sup>, B. Carpallo Porcar<sup>1,2</sup>, I. Liñares Varela<sup>1</sup>, L. Bafaully Franch<sup>1</sup>, N. Brandín de la Cruz<sup>1,2</sup> y S. Calvo<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Fisioterapia, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad San Jorge, Villanueva de Gállego. <sup>2</sup>Instituto de Investigación Sanitaria de Aragón, Zaragoza. <sup>3</sup>Departamento de Fisiatría y Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Zaragoza, Zaragoza.

**Introducción:** La evidencia científica confirma como el paciente con secuelas posagudas por covid-19, tras la hospitalización se encuentra en situación de vulnerabilidad donde la ansiedad, el estrés y el apoyo social se han visto afectados. Programas de telerrehabilitación que incluyen educación y ejercicio terapéuticos han demostrado mejorar las variables físicas analizadas en estos pacientes, siendo necesario evaluar si estos programas pueden influir también en variables psicológicas.

**Objetivos:** Analizar los cambios sobre las variables de depresión, ansiedad, estrés y apoyo social de un programa multimodal de telerrehabilitación en comparación con un folleto en pacientes posagudos tras la COVID-19.

**Metodología:** Estudio piloto simple ciego con dos ramas de intervención: plataforma de telerrehabilitación (GT) o folleto (GF). La intervención multimodal consistió en un programa domiciliario de ejercicio y educación terapéuticos con seguimiento telefónico quincenal, de una duración de 3 meses con seguimiento a los 3 y 6 meses. La depresión, la ansiedad y el estrés fueron evaluadas mediante la escala DASS-21 y el apoyo social percibido con la MSPSS, ambas validadas.

**Resultados:** Se contó con una muestra de 36 participantes ( $58 \pm 8$  años; 571% mujeres) derivados de 2 hospitales de Zaragoza (días hospitalización  $25 \pm 20$ ; 31% en UCI). Tras la intervención, el GT presentó menor nivel de depresión y estrés ( $p = 0,048$ ;  $p = 0,033$ ) que el GF, sin cambios en la ansiedad ni en el apoyo social percibido. Durante todo el seguimiento, a 3 y 6 meses, el GT disminuyó los niveles de depresión en comparación al GF ( $p = 0,010$ ;  $p = 0,036$ ). A los tres meses, el GT mejoró sus niveles de ansiedad frente al GF ( $p < 0,001$ ). El apoyo social mostró mejoras en el GT a los 6 meses de seguimiento ( $p = 0,028$ ).

**Conclusiones:** Un programa multimodal mediante telerrehabilitación en pacientes con secuelas en fase aguda de la COVID-19 ha resultado favorecer aspectos a nivel psicosocial para superar síntomas como la ansiedad, depresión y estrés, y mejorar el apoyo social, tanto a corto como a medio y largo plazo.

**Relevancia para la profesión o la práctica clínica:** Este proyecto muestra el impacto positivo que tiene un programa multimodal mediante telerrehabilitación sobre aspectos psicosociales en personas con secuelas posagudas tras la COVID-19.

**Palabras clave:** Ansiedad. Estrés psicosocial. Depresión. Apoyo social. Telerrehabilitación.

**Keywords:** *Anxiety. Stress Psychological. Depression. Social Support. Telerehabilitation.*

[https://doi.org/10.1016/S0211-5638\(24\)60138-0](https://doi.org/10.1016/S0211-5638(24)60138-0)

### P-79. IMPACTO DEL CUMPLIMIENTO DE LAS RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA EN PACIENTES CON UN PRIMER EPISODIO PSICÓTICO

#### IMPACT OF COMPLIANCE WITH PHYSICAL ACTIVITY RECOMMENDATION IN PATIENTS WITH FIRST EPISODE PSYCHOSIS

J.A. Cortés Fernández<sup>1</sup> y C. Flor Gómez<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Hospital Comarcal de Laredo, Laredo. <sup>2</sup>Hospital Universitario Marqués de Valdecilla, Santander.