Semergen. 2017;43(Espec Congr 1):3954

Medicina de Familia. SEMERGEN

https://www.elsevier.es/semergen

242/3170 - ACTIVIDAD FÍSICA DE LOS PACIENTES CON DEMENCIA Y DE SUS CUIDADORES FAMILIARES. ENSAYO CLÍNICO ALEATORIO EN ATENCIÓN PRIMARIA. AFÍSDEMYF

E. de Dios Rodríguez[a], J. Unzueta Arce[b], S. Mora Simón[c], O. Tamayo Morales[d], S. González Sánchez[e] y A. Rosario Mena[f]

[a]Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud Miguel Armijo. Salamanca. [b]Psicólogo. Unidad de investigación la Alamedilla e Instituto de Investigación Biomédica. Salamanca. [c]Investigadora Unidad de Investigación de la Alamedilla. Salamanca. [d]Psicóloga. Asociación de familiares enfermos de Alzheimer. Salamanca. [e]Enfermera. Asociación de familiares enfermos de Alzheimer. Salamanca. [f]Médico Interno Residente. Centro de Salud Miguel Armijo. Salamanca.

Resumen

Introducción: El incremento de actividad física (AF) se relaciona con efectos positivos sobre la salud cardiovascular y el deterioro cognitivo. Los cuidadores de familiares con demencia tienen mayor riesgo cardiovascular debido a la restricción de actividad física. Con este proyecto esperamos demostrar que un programa de AF adaptado, diseñado y aplicado por profesionales de Atención Primaria (AP) para los pacientes con demencia y para los familiares que los cuidan, sea efectiva para incrementar la AF de ambos grupos desde AP.

Objetivos: Evaluar la efectividad de una intervención en AP para aumentar la AF y mantener el incremento durante al menos un año en pacientes con demencia (PCD) y sus cuidadores familiares (CF).

Diseño: Ensayo clínico, multicéntrico, controlado y aleatorizado en dos grupos paralelos.

Emplazamiento: En el ámbito de la AP de 2 ciudades.

Material y métodos: Se realizará un muestreo aleatorio simple a partir del listado de pacientes que estén diagnosticados de demencia que pertenecen a los centros participantes. Se contactará con los cuidadores que cumplan los criterios de inclusión y se les propondrá participar en el proyecto. Se creará una lista de pacientes y familiares, de estos últimos se elegirá al menos una persona cuidadora para participar en el estudio. Todos deberán cumplimentar el documento de consentimiento informado. Se calculó la necesidad de 67 pacientes en el grupo control y 67 en el de intervención (total: 134). En la primera visita se obtendrán criterios diagnósticos, escala de demencia, características del cuidado, datos sociodemográficos, comorbilidad, psicología, medidas antropométricas, colocación de podómetros, calidad de vida del cuidador, sobrecarga, salud mental, funcionalidad familiar. A los 7 días, se recogerán los podómetros y registro de actividad y el Investigador Principal asignará la pareja al grupo que corresponda (intervención o control (1:1) según la secuencia aleatoria previamente elaborada). A los 6 y 12 meses se repetirá la evaluación

basal tanto a los CF como a los PCD. Durante 3 meses recibirán instrucciones para realizar AF. La intervención será realizada por un profesional del centro de salud y sólo las parejas del grupo de intervención tendrán conocimiento de las recomendaciones específicas. El análisis se realizará por intención de tratar. Se compararán las mejorías observadas entre la medición basal, a los 6 y a los 12 meses.

Aplicabilidad: La enfermedad cardiovascular y el deterioro cognitivo comparten factores de riesgo muy similares, si fuera efectivo este programa, podrían beneficiarse tanto las pacientes con demencia, como los cuidadores familiares. Además podría ayudarles a mantener o mejorar su salud, en particular los problemas cardiovasculares de los cuidadores familiares derivados de la reducida AF que soportan por dedicarse a las tareas del cuidado.

Aspectos ético-legales: Fue aprobado por el Comité Ético del Hospital Universitario (11 abril 2013). Los sujetos serán informados de los objetivos del proyecto y de riesgos y beneficios de las exploraciones que se realizarán y firmarán previamente el consentimiento informado, en concordancia con la Declaración de Helsinki. Ninguna de las exploraciones presenta riesgos.

Palabras clave: Ejercicio. Cuidadores. Demencia.

1138-3593 / © 2017 Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN). Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.