



# Medicina de Familia. SEMERGEN



<http://www.elsevier.es/semergen>

## 347/3770 - PARTICIPAR EN UNA ACTIVIDAD GRUPAL SOBRE FIBROMIALGIA PUEDE MEJORAR EL DOLOR Y EL CONSUMO DE ANALGÉSICOS?

R. Malfeito Gual<sup>a</sup>, G. Antón Lloreda<sup>b</sup>, S. González Castillo<sup>c</sup>, R. Isidro Abad<sup>d</sup>, M. Argila Vicente<sup>e</sup> y M. Manzano Lopez<sup>e</sup>

<sup>a</sup>Centro de Salud de Canovellas. Barcelona. <sup>b</sup>Médico de Familia. Centro de Salud Las Franquesas. Barcelona. <sup>c</sup>Servicio de Enfermería. Equipo de Atención Primaria Granollers Norte. Centro de Salud Las Franquesas. Barcelona. <sup>d</sup>Servicio de Enfermería. Equipo de Atención Primaria Granollers Norte. Centro de Salud Canovellas. Barcelona. <sup>e</sup>Médico de Familia. Equipo de Atención Primaria La Garriga. Centro de Salud Les Franqueses. Barcelona.

### Resumen

**Objetivos:** Saber si los pacientes con fibromialgia que participan en una actividad grupal sobre la enfermedad: mejoran el nivel de dolor y reducen la dosis de analgésicos.

**Metodología:** Estudio analítico experimental. En el EAP Granollers Norte-Oeste se realizó una actividad grupal llamada "La fibromialgia, una esperanza" con un total de 6 sesiones (4 primeras semanales durante marzo del 2017 y otras dos a los 6 y 12 meses) de 90' de duración y dirigidas por un médico y una enfermera del EAP. Se trabajó la enfermedad propiamente dicha, los posibles tratamientos, el hábito del sueño, la nutrición, la sexualidad, los factores que pueden desencadenar una descompensación y se dieron estrategias para mejorar calidad de vida y terapias complementarias. Criterios de inclusión: pacientes del EAP diagnosticados de fibromialgia que quieren participar voluntariamente en la actividad grupal. Criterios de exclusión: barrera idiomática, pacientes victimistas y patología psiquiátrica descompensada. Muestra poblacional: 9 pacientes. Recogida de datos: se pasan por escrito en la 1<sup>a</sup> sesión, a los 6 meses y a los 12 meses los siguientes cuestionarios de forma autoadministrada: EVA: escala validada para evaluar el nivel de dolor. Puntuación de 0 a 10 y cuestionario con número de comprimidos que toman al día para el dolor.

**Resultados:** EVA: mejora el nivel de dolor el 50% de los pacientes a los 6 meses y el 85,71% a los 12 meses. Media de puntuación: 1<sup>a</sup> sesión: 8,28; 6 meses: 7,33; 12 meses: 4,85. Consumo de analgésicos: reducen medicación el 40% a los 6 meses y el 42,85% a los 12 meses. Media de comprimidos que toman al día: 1<sup>a</sup> sesión: 3,16; 6 meses: 2,25; 12 meses: 2,5.

**Conclusiones:** El hecho de participar en la actividad grupal "La fibromialgia, una esperanza" hace que los pacientes mejoren su percepción del nivel de dolor que padecen y gestionen mejor su propia salud, ya que tienen más herramientas que hacen que puedan disminuir el consumo de analgésicos.

**Palabras clave:** Fibromialgia. Dolor. Analgésicos.