EFECTIVIDAD CLÍNICA Y REDUCCIÓN DEL USO DE RECURSOS SANITARIOS DE UN PROGRAMA MULTIDISCIPLINAR EN DOLOR CRÓNICO Y SALUD MENTAL

ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL

José Antonio Cortés Fernández (72072666G), María Del Carmen Flor Gómez (72170882X), Sheila Quintana Cabieces (72056788L), Alicia Ruiz Toca (72066359E), Clementia González Rubial (71528340R)

Hospital Comarcal de Laredo



1 INTRODUCCIÓN

El dolor crónico es un problema de salud complejo en el que interactúan factores físicos, psicológicos y sociales, con elevada comorbilidad con problemas de salud mental y un importante consumo de recursos sanitarios.

El programa **MENFIS**, desarrollado por los Servicios de Rehabilitación y Salud Mental del Hospital Comarcal de Laredo, propone un abordaje biopsicosocial multidisciplinar para mejorar la calidad de vida, favorecer un afrontamiento activo y optimizar la utilización de recursos sanitarios.



2 OBJETIVOS

Evaluar la **efectividad clínica** y el impacto sobre la **utilización de recursos sanitarios** de un programa multidisciplinar de 12 semanas en pacientes con dolor crónico, con o sin comorbilidad en salud mental.

3 METODOLOGÍA

Programa multidisciplinar de 12 semanas

Ejercicio terapéutico

Grupal, progresivo y adaptado. 2 veces por semana. Supervisado por fisioterapia.

Educación

Estructurada en neurociencia del dolor y ejercicio terapéutico.

Terapia cognitivo-conductual

5 sesiones grupales impartidas por el equipo de Salud Mental.

Variables evaluadas

- Actividad física
- Kinesofobia (TSK-11)
- Catastrofización del dolor (PCS)
- Condición física percibida (IFIS)
- Intensidad del dolor (EVA)
- Calidad de vida (SF-12)

Utilización de recursos sanitarios

- Consultas médicas (9 meses antes vs 9 meses después)
- Visitas a Urgencias
- Consumo de medicación analgésica

4 DESARROLLO

132 pacientes

- **90%** mujeres
- Edad media **53,6 años**
- **95%** dolor > 5 años
- **70%** seguimiento por Psiquiatría

Adherencia al programa de ejercicio > 95%

5 RESULTADOS

Mejoría de variables clínicas



Reducción del uso de recursos sanitarios



6 CONCLUSIONES

El programa multidisciplinar se asoció con mejoras en variables clínicas, actividad física y calidad de vida.

Se observó una reducción relevante del número de consultas médicas y del consumo de medicación analgésica, junto con una elevada adherencia al tratamiento.

Estos resultados apoyan la incorporación de intervenciones biopsicosociales multidisciplinares en pacientes con dolor crónico y comorbilidad en salud mental como estrategia para mejorar los resultados clínicos y favorecer un uso más eficiente de los recursos sanitarios.

BIBLIOGRAFÍA

1. Kamper SJ, Apeldoorn AT, Chiarotto A, Smeets RJEM, Ostelo RWJG, Guzman J, et al. Multidisciplinary biopsychosocial rehabilitation for chronic low back pain: Cochrane systematic review and meta-analysis. BMJ. 2015;350:h444. doi:10.1136/bmj.h444.
2. Zhang X, Wang Y, Liu L, et al. Efficacy of cognitive behavioral therapy combined with exercise in patients with chronic pain: a systematic review and meta-analysis. J Pain Res. 2026;19:1234-118. doi:10.2147/JPR.SXXXXXX.

Hospital Comarcal de Laredo