

Experiencia de la intervención grupal de Enfermería en el Taller de la Espalda

¹Puy de Miguel Ibáñez
¹M^a José Echarte Equisoain
¹Eugenia Ancizu Irure
¹M^a Victoria Lorenzo Reparaz
¹Beatriz Olite Munárriz
²Amaia Imizcoz Echarte

¹ Enfermeras del Centro de Salud Txantrea, Pamplona
² Fisioterapeuta del Centro de Salud Txantrea, Pamplona.

Dirección de correspondencia:
Centro de Salud de la Txantrea. Servicio Navarro de Salud-
Osasunbidea. C/ San Cristóbal, s/n. 31015 Pamplona (Navarra).

E-mail: pdemigui@navarra.es

Resumen

La intervención grupal en taller sobre personas que manifestaban tener dolor de espalda llevó a preguntarse si modificaba tras participar en ellos el número de consultas a los profesionales y si cambiaban su consumo de fármacos.

Revisadas 50 historias de participantes en seis talleres, registrando el número de consultas, relacionadas con su dolor de espalda, un año antes y otro después de la intervención junto al tipo y cantidad de fármacos consumidos.

Disminuyeron un 61% el número de consultas médicas y un 87% enfermeras. También se comprobó que había un cambio en el consumo de fármacos, variando desde el consumo de antiinflamatorios anterior al uso de analgésicos después del taller. Por último, se registró que de los 50 pacientes 18 no tomaban medicación antes del taller y 27 no lo hicieron en el año posterior a esta intervención.

Se concluye que en el grupo de pacientes participantes en el taller del dolor de espalda se había constatado un cambio de actitud en la frecuentación de consultas, un descenso en el uso de fármacos en los procesos más leves y un descenso en el uso de antiinflamatorios, así como un aumento en el número total de pacientes que no tomaron ningún fármaco.

Palabras clave: consulta de Enfermería; dolor de espalda; intervención grupal; taller.

Abstract

Experience of a group nursing intervention in a Workshop on Back Problems

Group intervention in a workshop with people who manifested to have back pain led us to the question of whether their participation in this workshop did modify the number of consultations they had with medical professionals and whether these patients changed their consumption of medication.

We reviewed the medical records of 50 individuals participating in six workshops. A log was kept on the number of consultations in relation to the back pain one year before and then one year after the intervention, together with the type and amount of medicines taken.

The number of medical consultations dropped by a 61% and the number of nursing consultations by 87%. We were also able to verify that there had been a change regarding the consumption of medications, with a variance ranging from the previous use of anti-inflammatory agents to the use of analgesics after the workshop. Finally, we were able to verify that of the 50 patients 18 did not take medication before the workshop and that this number increased to 27 one year after this intervention.

We concluded that the group of patients who participated in the back pain workshop had had a change of attitude in their frequentation of medical consultations, there had been a decrease in the use of drugs in the less severe processes and a decrease in the use in anti-inflammatory agents, as well as a decrease in the total number of patients who did not take any medication.

Key words: Nursing consultation office; back pain; group interventions; workshop.

Introducción

El dolor de espalda es uno de los motivos más frecuentes de consulta en Atención Primaria. La percepción del dolor y la limitación a la actividad es muy común en los pacientes que solicitan consulta y abarca a todas las edades y actividades de la vida diaria.

Esta situación llevó a diseñar una actividad desde la atención de Enfermería a estos pacientes, usando la metodología de Educación para la Salud, para intentar dar herramientas de autocuidado a los usuarios que lo demandaran.

Desde el año 2000 el centro de salud en el que trabajan los autores decidió añadir a la cartera de servicios un taller para trabajar con pacientes que referían en sus consultas "Dolor de espalda".

Después de varios años con una intervención grupal (NIC 5604) dirigida a personas con dolor de espalda, se plantearon comprobar si existen modificaciones en el número de consultas posterior a dicha intervención y si aparece alguna mejora en relación a la autonomía de estas personas en su autocuidado.

Material y métodos

La intervención propuesta consistía en un taller diseñado con metodología de Educación para la Salud. El taller tenía una duración de dos horas y media y las actividades estaban distribuidas de la siguiente manera:

- Presentación: de los participantes y de las enfermeras que lo coordinaban.
- Objetivos y propuesta de trabajo al grupo.
- Técnica de rejilla: expresión de la experiencia de los participantes del dolor de espalda, localización, intensidad, sentimientos frente al dolor, limitaciones en sus actividades diarias, uso de la medicación prescrita y autocuidados realizados en dichas situaciones.
- Técnica de corrección postural: sentados.
- Técnica expositiva: visionado de un vídeo sobre el funcionamiento de la espalda.
- Técnica de corrección postural: bipedestación.
- Análisis de la vivencia del dolor: Power-Point sobre factores que favorecen la aparición del dolor y factores que alivian el dolor de espalda. Discusión con los pacientes de las medidas propuestas.
- Ejercicios para fortalecer la espalda (sobre colchonetas). Técnica de corrección postural: decúbito. Ejercicios específicos de fortalecimiento cervical, dorsal y lumbar.
- Distribución de materiales editados sobre el cuidado de la espalda: consejos, ejercicios y folletos sobre ergonomía en el puesto de trabajo.

En el año 2008 se llevó a cabo un estudio retrospectivo de las historias clínicas de 55 personas que participaron en alguno de los seis talleres organizados a lo largo del año 2006. De las 55 personas que hicieron el taller, cinco no tenían datos de seguimiento durante el año 2007 porque se habían trasladado de centro de salud al cambiarse de domicilio. Los datos de registro de la historia clínica informatizada se obtuvieron del soporte informático OMI.

Denominamos "Episodio" al problema de salud tal como está tratado en el programa de historia clínica (OMI) utilizado en Atención Primaria de Salud en Navarra.

Revisamos 50 historias recogiendo los datos siguientes:

- Episodios relacionados con el dolor de espalda (excluyendo aquéllos que tenían episodios de fibromialgia).
- Número de visitas al médico en relación con uno de los episodios de dolor de espalda (un año antes de hacer el taller, 2005).
- Número de visitas a la enfermera por el mismo motivo (2005).
- Número de visitas al médico un año después de acudir al taller, en el mismo episodio (2007).
- Número de visitas a la enfermera, después de acudir al taller, en el mismo episodio (2007).
- Número de fármacos recetados, ligados al episodio, un año antes (2005).
- Número de fármacos recetados, un año después de acudir al taller (2007).

Desarrollo y resultados

Se prepararon y realizaron seis talleres de cuidado de la espalda, de dos horas y media de duración cada uno. Dirigidos por tres enfermeras del Centro de Salud Txantrea. Durante el año 2006, realizados en los meses de febrero, abril, junio, septiembre, noviembre y diciembre.

Acudieron 55 personas, de las cuales excluimos cinco del estudio, ya que se había procedido al traslado de sus historias a sus nuevos centros de salud. De las 50 personas que cumplían todos los requisitos, 39 eran mujeres y 11 hombres. Con una edad media de 50,5 años. Los episodios que definen la sintomatología de los usuarios que participaron en los talleres se han recogido en el Gráfico 1.

Los usuarios fueron aconsejados para acudir al taller en consultas de médicos o de enfermeras y a comienzos del mes de octubre de 2006 se colocó un cartel con las fechas de celebración del siguiente taller en el área de Admisión del centro. Así mismo, otro cartel recordatorio de fechas en el área de personal.

De estos usuarios que asistieron al taller, se quiso saber el número de consultas que habían hecho, tanto a su médico

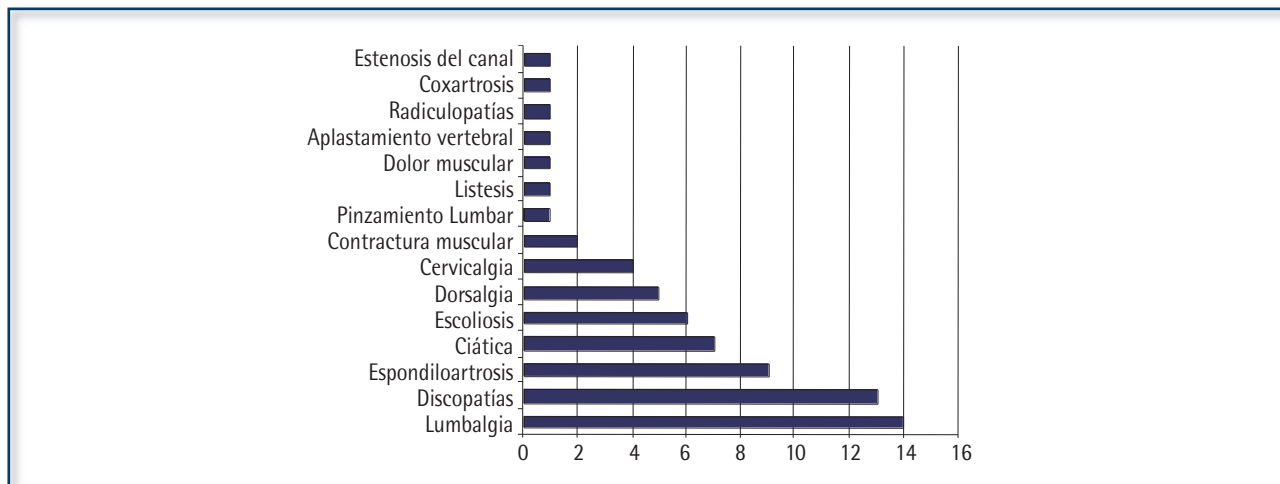


Gráfico 1. Episodios relacionados con el dolor de espalda

como a su enfermera, con cualquier motivo relacionado con su dolor de espalda. Se hizo el recuento de estas consultas tanto antes del taller como un año después (Gráfico 2).

Se comprobó una disminución en el número total de consultas tanto en consultas de Medicina, de 149 a 16 (61%), como de Enfermería, de 58 a 2 (87%).

Otro de los intereses era conocer qué fármacos y qué cantidad de envases por persona se estaban usando, tanto antes como después de la intervención (Gráfico 3).

En general, se pudo observar una desviación de la toma de antiinflamatorios hacia la de analgésicos después de la intervención. El consumo de fármacos, dentro del grupo, tiene dos aspectos a destacar:

- De los 50 pacientes estudiados dos pasaron a consulta de Cirugía y dos a consulta de Rehabilitación por agravamiento y no control de sus procesos. Estos pacientes,

con complicaciones, tomaron más medicación para el control de sus síntomas que antes de la intervención grupal.

- Si se considera el consumo de los pacientes que no se derivaron a cirugía disminuye el uso de analgesia sobre todo después de la intervención. Pacientes que no tomaban medicación antes de la intervención: 16 y pacientes que no la tomaron después de la intervención: 27 (Gráfico 4).

De los 18 pacientes que no tomaban fármacos antes de la intervención, 10 tomaron después y ocho continuaron sin tomar. Había 32 pacientes que sí tomaban fármacos antes de la intervención, después 18 no tomaban nada y ocho habían disminuido el número de envases.

Del resto de pacientes, tres no habían modificado el consumo y tres lo habían aumentado (pacientes quirúrgicos y en rehabilitación).

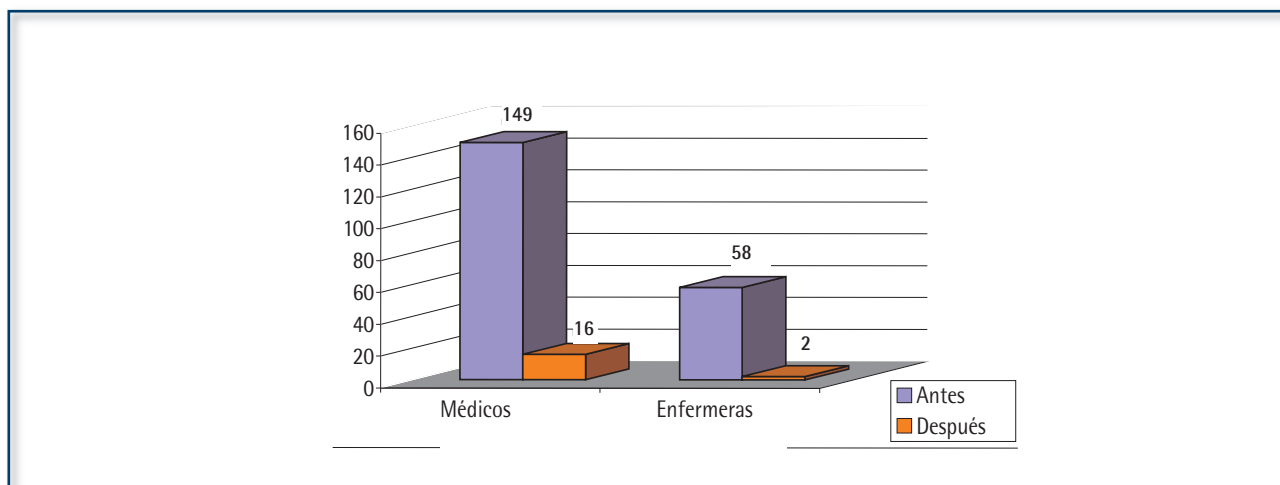


Gráfico 2. Número de consultas en Medicina y Enfermería

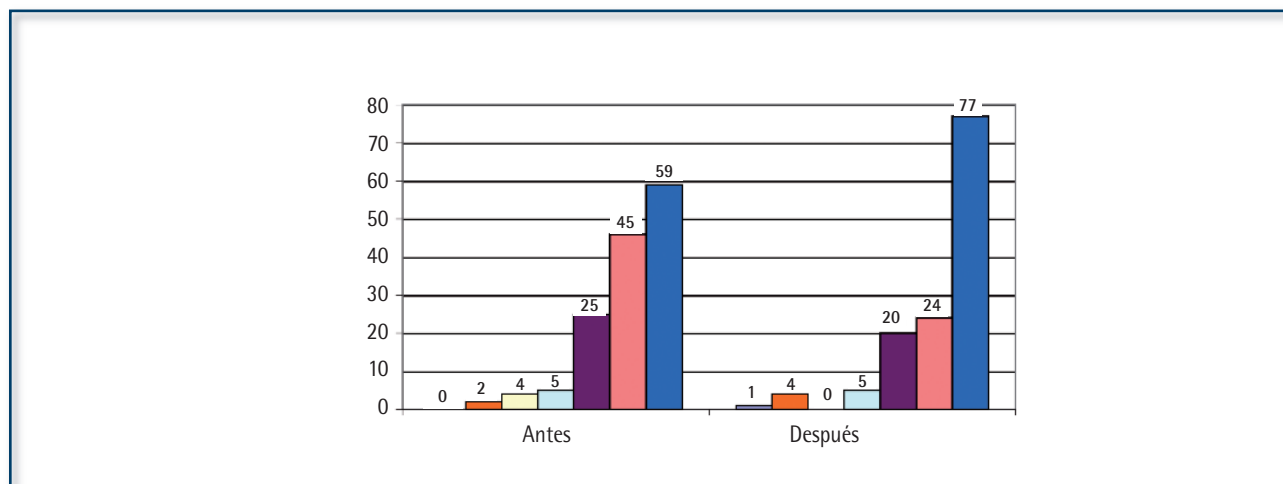


Gráfico 3. Consumo de fármacos. Número total de envases

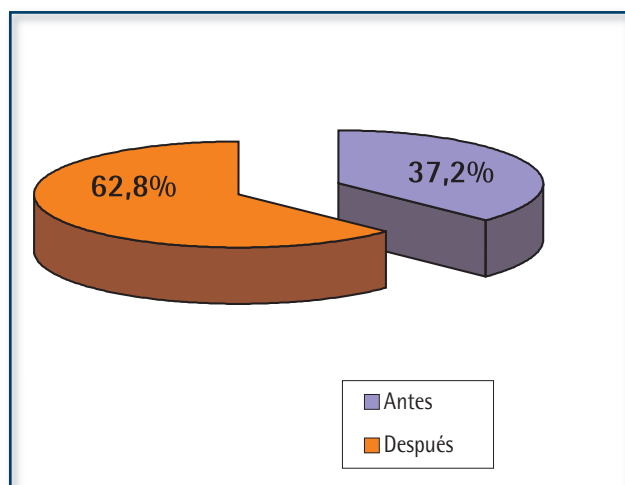


Gráfico 4. Porcentaje que no tomaron medicación

Discusión

En el momento que se planteó la intervención no encontraron experiencias similares en la literatura. Lo que el planteamiento de la intervención y los resultados positivos, ha facilitado el poder compartir la experiencia con otras enfermeras de Atención Primaria de Navarra mediante sesiones de formación con ellas y así difundir la experiencia en otros centros.

Conclusiones

Los procesos agrupados dentro del "Dolor de espalda" son variados en su gravedad y en la aplicación de los autocuidados.

Del estudio se deduce que:

- Hay un cambio de actitud después de la intervención grupal, que deriva hacia una menor frecuentación de las consultas al haber adquirido algunas habilidades para controlar su dolor.
- Un descenso en el uso de fármacos, si bien esto se puede afirmar de los procesos más leves, no así de aquellos casos que derivaron en la atención especializada.
- Una variación en el tipo de fármacos más usados derivando hacia un mayor uso de analgésicos, disminuyendo los antiinflamatorios y con un uso anecdótico de los antiinflamatorios tópicos.
- Un aumento del número de pacientes que no emplea fármacos para control del dolor.

Bibliografía

- [1] Ancizu E, Chocarro J, Pérez MJ. Guía educativa para promover la salud de las personas con enfermedades crónicas. Instituto de Salud Pública. Navarra: Gobierno de Navarra; 1993.
- [2] Hancock MJ. Evaluación del Diclofenaco, de las manipulaciones vertebrales o ambos añadidos al tratamiento de primera elección en la lumbalgia aguda: un ensayo clínico aleatorio y controlado. *Lancet* 2007; 230: 1638-1643.
- [3] Hidalgo Ovejero A. La Lumbalgia en Atención Primaria. Guía de actuación. Navarra: Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea; 2007.