



FACTORES BIOPSIICOSOCIALES ASOCIADOS A LA EVALUACIÓN DEL SUEÑO EN PERSONAS CON DOLOR LUMBAR CRÓNICO

M. Moreno-Ligero, M. Dueñas, A. J. Salvador-Ruiz, I. Failde, J.A. Moral-Munoz
Universidad de Cádiz; Observatorio del Dolor

INTRODUCCIÓN

Calidad del sueño
Factores biopsicosociales

Dolor lumbar crónico (DLC)
complejo y multifacético

Estrategias de autogestión

OBJETIVO

Identificar los factores biopsicosociales asociados a la evolución de la calidad del sueño en pacientes con DLC, a lo largo de una intervención de ejercicio físico autodirigido (EFA).

METODOLOGÍA

Estudio prospectivo con medida repetidas [basal (T0); 3 (T1) y 6 meses (T2)]



99 sujetos con DLC



Hospital Universitario Puerta del Mar (Cádiz)

Intervención de EFA



Aplicación m-Health (GI) N=42

Formato convencional (GC) N=57

- Calidad del sueño (12-MOS Sleep [1-9])
- Intensidad del dolor (NPRS)
- Interferencia funcional (PPIQ)
- Calidad de vida (SF-12)
- Ansiedad y depresión (HADS)
- Funcionalidad física (TUG; 30ACT; 30CST)
- Estado físico (IPAQ)
- Variables sociodemográficas y clínicas



Ecuaciones de Estimación Generalizadas (EEG)



tiempo



grupo



vs.



RESULTADOS

Tiempo

T1 N=41 (GI=20; GC=21)

T2 N=29 (GI=12; GC=17)

Mejor evolución del sueño;

Hombres (B: -7.23; p=0.002)

↓ TUG test (B: -1.40; p=0.005)



1-9

Peor evolución del sueño;

↑ Intensidad del dolor (B: 1.42; p=0.029)

↑ Interferencia funcional (B: 0.43; p=0.016)

↑ Ansiedad (B: 1.79; p<0.001)

↓ Nivel socioeconómico (B: 19.29; p=0.002)

CONCLUSIONES

Individuales

Psicológicos

Interrelaciones dinámicas

Sociales

Influencia en la efectividad de tratamientos

Necesidad de abordaje holístico del DLC mediante estrategias multimodales

Bibliografía

(Finan, 2013); (Burgess, 2019); (Moreno-Ligero, 2024)

