

Programa de capacitación en estrategias de afrontamiento para afroamericanos que tienen artritis de cadera o de rodilla

Investigadora principal

Dra. Kelli Allen

Organización

University of North Carolina at Chapel Hill

¿Cuál fue el tema de la investigación?

La artritis es un problema de salud crónico que causa inflamación y dolor de las articulaciones y reduce la movilidad. Es más probable que los afroamericanos tengan artritis e informen niveles más altos de dolor artrítico que los estadounidenses de raza blanca.

En este estudio, el equipo de investigación quería saber si un programa de capacitación en estrategias de afrontamiento para el dolor, creado especialmente para afroamericanos con artritis de cadera o de rodilla, reducía la intensidad del dolor. El equipo trabajó en colaboración con un grupo integrado por pacientes afroamericanos, médicos y trabajadores de salud pública para que el programa fuera culturalmente apropiado para los afroamericanos con artritis. Además, analizó el efecto del programa en la manera en que los pacientes pensaban en el dolor y cómo lo sobrellevaban. El equipo comparó a los pacientes que participaban en el programa y recibían además la atención médica habitual con los que solamente recibían la atención médica habitual.

¿Cuáles fueron los resultados?

Al cabo de tres o nueve meses, no hubo diferencias entre los pacientes que participaron en el programa de capacitación con los que no participaron en cuanto a la reducción de la intensidad del dolor.

Sin embargo, en comparación con los pacientes que no participaron en el programa, los que sí participaron:

- tuvieron más confianza en su capacidad para controlar la artritis;
- tuvieron menos pensamientos negativos cuando sentían dolor;
- usaron estrategias de afrontamiento con más frecuencia;
- informaron una mejoría más marcada de los síntomas de la artritis.

No hubo diferencias entre los dos grupos en cuanto a:

- la capacidad de llevar a cabo actividades cotidianas;
- los síntomas de depresión;
- la salud física y mental en general.

¿Quiénes tomaron parte en el estudio?

En el estudio participaron 248 afroamericanos que tenían artritis de cadera o de rodilla. Los pacientes eran atendidos en uno de dos sistemas de salud de Carolina del Norte. La edad promedio era de 59 años y el 51 % eran hombres.

¿Qué hizo el equipo de investigación?

El equipo de investigación asignó los pacientes al azar a uno de dos grupos: uno recibiría el programa y el otro, no. Durante el estudio, todos los pacientes continuaron recibiendo la atención médica habitual

para la artritis. El programa consistía en 11 sesiones semanales de capacitación. Un consejero dirigía estas sesiones telefónicas que duraban entre 30 y 45 minutos. En las sesiones, el consejero:

- enseñaba estrategias de afrontamiento del dolor, como la relajación y el control de pensamientos negativos;
- ayudaba a los pacientes a practicar esas estrategias;
- ayudaba a los pacientes a establecer objetivos para usar las estrategias;
- fomentaba la resolución de problemas.

Los participantes en el programa recibían folletos informativos de cada sesión. También recibían una guía de relajación muscular en audio. Los pacientes respondieron encuestas al inicio del programa, y a los tres y a los nueve meses de que el programa terminara.

Un grupo de pacientes, médicos y trabajadores de salud pública le dieron sus opiniones al equipo durante todo el estudio.

¿Qué limitaciones tuvo el estudio?

Los pacientes del estudio vivían en una zona de Carolina del Norte. Los resultados podrían haber sido diferentes en otros lugares. Además, el 20 % de los pacientes del programa asistieron a menos de dos sesiones. La baja asistencia pudo haber influido en los resultados del estudio.

En futuras investigaciones se podrían seguir explorando maneras de ayudar a los afroamericanos que tienen artritis de cadera o de rodilla a afrontar el dolor. Los investigadores también podrían estudiar maneras de mejorar la asistencia a las sesiones de capacitación.

¿Cómo se pueden usar los resultados?

Los afroamericanos con artritis y sus médicos podrían utilizar estos resultados cuando estén considerando maneras de controlar el dolor artrítico.

Si desea más información sobre este proyecto, visite www.pcori.org/Allen004.