

## COLABORACIÓN MULTIDISCIPLINAR EN LA REHABILITACIÓN DE ENFERMEDADES REUMÁTICAS: EL PROGRAMA-CONVENIO DE LA ASOCIACIÓN ARPER Y LA UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA

**GIMENO MARCO, Fernando** <sup>(1)</sup>; **GUTIÉRREZ PABLO, Héctor** <sup>(2)</sup>; **CASTILLO SALAZAR, Isabel** <sup>(3)</sup>; **DELGADO BABAI, Paloma** <sup>(4)</sup>; **GARCÍA SOTO, M<sup>a</sup> Ángeles** <sup>(5)</sup>; **ARBONES ARQUÉ, Irela** <sup>(6)</sup>; **NAJARRO LÓPEZ, Adrián** <sup>(7)</sup>; **TENAS GONZALVO, Javier** <sup>(8)</sup>; **SÁNCHEZ BIEC, Alberto** <sup>(9)</sup>

Departamento de Psicología y Sociología, Universidad de Zaragoza  
Zaragoza, España  
<sup>(1)</sup> fergimen@unizar.es

<sup>(2)</sup> h.gutierrez.pablo@gmail.com

Asociación para la Rehabilitación Permanente de Enfermedades Reumáticas (ARPER)  
Zaragoza, España  
<sup>(1)</sup> fergimen@unizar.es

<sup>(2)</sup> h.gutierrez.pablo@gmail.com

<sup>(3)</sup> castillosalazar@yahoo.es

<sup>(4)</sup> paldel77@yahoo.es

<sup>(5)</sup> angelesgarcia@ono.com

<sup>(6)</sup> iarbones@usj.es

<sup>(7)</sup> Adryan--89@hotmail.com

<sup>(8)</sup> javiertenas@hotmail.com

<sup>(9)</sup> Servicio de Actividades Deportivas, Universidad de Zaragoza  
Zaragoza, España

Este trabajo ha sido posible gracias al convenio de colaboración entre la Universidad de Zaragoza y la asociación ARPER; y ha sido parcialmente financiado por su reconocimiento como proyecto de innovación docente (ref<sup>a</sup> PIIDUZ\_13\_255, convocatoria 2013-14 de la Universidad de Zaragoza).

### Resumen

Se presenta el estudio realizado en el marco del proyecto de innovación docente PIIDUZ\_13\_255 de la Universidad de Zaragoza cuyo objetivo ha sido posibilitar la participación de estudiantes y profesores de los grados de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (CCAFD) y de Nutrición Humana y Dietética (NHD) en las actividades del programa de rehabilitación para personas con patologías reumáticas implementado por la "Asociación para la Rehabilitación Permanente de Patologías Reumáticas" (ARPER). Los participantes han sido: dos grupos de personas afectadas de artritis reumatoide y espondiloartropatías en los campus de Huesca y Zaragoza; estudiantes y profesores de las asignaturas "Psicología de la Actividad Física y del Deporte" (Grado de CCAFD) y "Psicología y Comunicación en Ciencias de la Salud" (Grado de NHD), ambas pertenecientes a la Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte (Huesca); y profesionales del programa ARPER de los ámbitos de la Fisioterapia, Nutrición, Preparación Física-Entrenamiento y Psicología. La participación de los estudiantes consistió en: (1) la asistencia a las sesiones semanales de rehabilitación; (2) la participación activa en actividades de rehabilitación con las personas afectadas; y (3) la realización de informes de prácticas en el caso de estudiantes que decidieron tener una implicación mayor. Estudiantes y personas afectadas de patologías reumáticas valoraron de forma muy positiva esta experiencia para su formación académica (adquisición de competencias académicas y profesionales) y para la adherencia a la rehabilitación, respectivamente.

**Palabras clave:** Rehabilitación, enfermedades reumáticas, competencias, multidisciplinar.

## **Abstract**

### ***Multidisciplinary collaboration in the rehabilitation of rheumatic diseases: The program-agreement between Arper association and the University of Zaragoza***

This research shows an experience performed under the educational innovation project PIIDUZ\_13\_255 of Zaragoza University. The aim of this project was to allow Degree Science of Physical Activity and Sport (SPAS) and Degree of Human Nutrition and Dietetics (HND) students and professors were able to take part in a rheumatic diseases rehabilitation program implemented by the "Association for Rheumatic Diseases Permanent Rehabilitation" (in Spanish, ARPER). Participants were: two groups composed of people from Huesca and Zaragoza with rheumatoid arthritis and spondyloarthropathies diagnosis; students and professors who participated in "Sport and Physical Activity Psychology" (SPAS Degree) and "Psychology and Communication in Health Sciences" (HND Degree), both subjects belonged to Health Sciences and Sport Faculty (Huesca); and physiotherapists, psychologists, nutritionists and trainers from ARPER program. The participation of students consisted of: (1) attendance at weekly sessions of rehabilitation; (2) active participation in rehabilitation activities with those affected; and (3) conducting practical reports in the case of students who decided to have a greater involvement. Students and people suffering from rheumatic diseases evaluated very positively this experience to their academic training (acquisition of academic and professional skills) and adherence to rehabilitation, respectively.

**Keywords:** Rehabilitation, rheumatic diseases, competences, multidisciplinary.

## **1. Introducción**

El programa de rehabilitación sobre el que se articula este proyecto de innovación docente surge por la necesidad de ayudar a personas afectadas de enfermedades reumáticas a mejorar su calidad de vida a través de la rehabilitación. Para ello, en este programa de carácter esencialmente formativo, se propone un proceso de enseñanza-aprendizaje en el que la persona afectada por una patología reumática tiene la posibilidad de adquirir conocimientos y de entrenar técnicas y habilidades de cada una de las áreas de su rehabilitación (actividad física, nutrición y funcionamiento psicológico) para favorecer una evolución positiva de su enfermedad (Northern, 2001). El servicio que se ofrece a través de este programa es inexistente hoy en día en el sistema de salud español, y también en el ámbito de la salud privada donde el enfermo reumático únicamente tiene la posibilidad de contactar individualmente con cada uno de los diferentes profesionales.

Por otra parte, la investigación científica ha aportado estudios que muestran una influencia positiva, aunque no siempre consistente, de diferentes técnicas y estrategias de rehabilitación de las enfermedades reumáticas (Ehde, 2014) de forma independiente pero no integradas de manera conjunta en una acción o programa de rehabilitación (Lorig, 1996).

De forma complementaria, la necesidad de trabajar en equipo y de la colaboración interdisciplinar en los ámbitos de la salud y del deporte es constantemente requerida (Wagner, 2000). Por ello se considera muy relevante para la formación de nuestros egresados universitarios la existencia de contenidos teórico-prácticos mediante los que puedan adquirir competencias básicas para el trabajo en equipo y la colaboración interdisciplinar.

Inicialmente se pretendía con este proyecto:

- Confirmar la puesta en marcha y adecuado funcionamiento de dos equipos multiprofesionales (fisioterapeuta, nutricionista, preparador físico-entrenador/a y psicólogo/a) y dos grupos de personas afectadas de enfermedades reumáticas (artritis reumatoide y espondiloartritis) en los campus de Huesca y Zaragoza.
- Posibilitar la participación en este programa de rehabilitación de estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte, en el contexto de la prácticas de las asignaturas de "Psicología de la Actividad Física y del Deporte" (Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte) y de "Psicología y Comunicación en Ciencias de la Salud" (Grado de Nutrición Humana y Dietética).

## **2. Método**

### **2.1. Participantes**

Estudiantes de las asignaturas de “Psicología de la Actividad Física y del Deporte” (grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte) y “Psicología y Comunicación en Ciencias de la Salud” (grado de Nutrición) de la Universidad de Zaragoza.

### **2.2. Instrumentos y técnicas utilizadas**

Entrevista semiestructurada (para la evaluación de las características psicológicas implicadas en las enfermedades reumáticas realizada por los alumnos con los profesionales y personas afectadas de enfermedades reumáticas participantes en el programa de rehabilitación); técnicas de búsqueda documental y recursos bibliográficos de la Biblioteca de la Universidad de Zaragoza (para la búsqueda de documentos relacionados con las características de las enfermedades reumáticas, la rehabilitación de las mismas, y las variables psicológicas implicadas); observación participante (para la participación y exposición controlada de los estudiantes en las sesiones del programa de rehabilitación).

### **2.3. Procedimiento**

#### **2.3.1 Actividades realizadas por los estudiantes**

- a) Asistencia en grupos reducidos a las sesiones del programa de rehabilitación, los martes desde el 11 de febrero hasta el 29 de abril de 2014.
- b) Entrevistas semiestructuradas con los profesionales del equipo multidisciplinar y con las personas afectadas de patologías reumáticas participantes en el programa.
- c) Elaboración de informes relacionados con los dos tipos de actividades anteriores.

#### **2.3.2. Actividades realizadas por el equipo del proyecto**

- a) Tutorización en la realización y ejecución de las actividades anteriormente descritas.
- b) Seminarios en el horario de las clases de teoría y de prácticas de las asignaturas de “Psicología de la Actividad Física y del Deporte” y “Psicología y Comunicación en Ciencias de la Salud”.

## **3. Resultados y Conclusiones**

### **3.1. Evaluación a partir de los estudiantes**

El feedback verbal transmitido por los estudiantes a los profesores y a los profesionales del equipo multidisciplinar del programa de rehabilitación fue desde el comienzo de la actividad muy positivo. Los estudiantes de las dos asignaturas destacaron el atractivo que suponía para ellos poder participar en una experiencia real en la que podían observar la utilidad de los contenidos que sus respectivas titulaciones para ayudar a las personas a mejorar su salud. Asimismo la experiencia de poder contactar personalmente con profesionales en activo que integraban el equipo multidisciplinar del programa la valoraron muy enriquecedora y motivadora para la continuidad de sus estudios universitarios. En dos casos, un estudiante del “Psicología de la Actividad Física y del Deporte” y una estudiante de “Psicología y Comunicación en Ciencias de la Salud”, solicitaron al profesor de la asignatura realizar su trabajo de prácticas en relación con su experiencia adquirida en este programa de rehabilitación, realizando consecuentemente los respectivos informes de prácticas (copias de estos informes pueden incorporarse a esta memoria en el caso de ser solicitados).

Mediante una encuesta on-line se solicitó a los estudiantes su valoración y opinión acerca de estas tres preguntas:

- 1) Valora en una escala de 0 a 10 (0 = nada interesante ni satisfactoria; 10 = muy interesante y satisfactoria) tu experiencia en el programa de rehabilitación de enfermedades reumáticas.

- Estudiantes de “Psicología de la Actividad Física y del Deporte”: Md = 10; RI = 0; n = 14
  - Estudiantes de “Psicología y Comunicación en Ciencias de la Salud”: Md = 10; RI = 0; n = 11
- 2) ¿Propondrías que se continuara con esta experiencia en el próximo curso?
- Estudiantes de “Psicología de la Actividad Física y del Deporte”: sí (100%); n =14
  - Estudiantes de “Psicología y Comunicación en Ciencias de la Salud”: sí (100%); n = 11
- 3) ¿Quieres añadir algún comentario u observación?
- Estudiantes de “Psicología de la Actividad Física y del Deporte”: 12 de los 14 reflejaron respuestas como las siguientes: “me ha parecido bien todo”, “me gustaría hacer el trabajo de fin de grado sobre el papel de la actividad física y el deporte en la rehabilitación de enfermedades”, “he aprendido cosas que sirven de verdad”, “es necesario saber mucha Psicología para trabajar con las personas”, “se me ha hecho corto, debería haber más prácticas de este tipo”.
  - Estudiantes de “Psicología y Comunicación en Ciencias de la Salud”: 8 de los 11 reflejaron respuestas como las siguientes: “he aprendido de verdad cómo trabaja una nutricionista”, “los profesionales del programa y el profesor han estado siempre pendiente de nosotros”, “ha estado todo bien”, “me ha gustado todo”, “es muy importante la alimentación para combatir el proceso inflamatorio de las enfermedades reumáticas”, “he comprobado la importancia de las técnicas psicológicas para la adherencia a las prescripciones de la nutricionista”.

### **3.2. Evaluación a través de los especialistas en reumatología**

Se recibieron dos cartas de reconocimiento y de apoyo por parte de las jefaturas de los servicios de reumatología de los hospitales San Jorge (Huesca) y Lozano Blesa (Zaragoza).

### **3.3. Evaluación a través de responsables de la universidad de Zaragoza**

El jueves 17 de julio se celebró la reunión de seguimiento del convenio entre la Universidad de Zaragoza y la asociación ARPER en la que se ratificó la continuidad de este convenio para el curso 2014-2015.

Asimismo, se redactaron los convenios de Prácticum para el curso 2014-2015 con los grados de Nutrición y Psicología, para que estudiantes de estos dos grados puedan realizar su programa de prácticas en el marco de este programa de rehabilitación.

### **3.4. Conclusiones**

En el primer curso de puesta en marcha de esta experiencia de innovación docente vinculada a un convenio de la propia Universidad de Zaragoza con una asociación sin ánimo de lucro, la valoración consideramos que es muy positiva, fundamentalmente por estos dos aspectos: en primer lugar por la nueva alternativa que podemos ofrecer a nuestros estudiantes para que refuercen y complementen la formación universitaria que reciben en sus respectivos grados; en segundo lugar por la positiva valoración recibida por parte de responsables de nuestra propia universidad y de los servicios de reumatología de dos de los principales hospitales de Aragón.

Se quiere reconocer también el importante papel y apoyo del Servicio de Actividades Deportivas de la Universidad de Zaragoza para posibilitar la implementación de este programa de rehabilitación, facilitando el uso de espacios deportivos y material para la práctica de diferentes actividades físicas.

Tanto por la continuidad del convenio entre la Universidad de Zaragoza y la asociación ARPER, como por el interés de los grados de Nutrición y Psicología por ofertar a los estudiantes la posibilidad de implicarse en el programa de rehabilitación a través del Practicum; y fundamentalmente por el compromiso del profesor de las asignaturas de “Psicología de la Actividad Física y del Deporte” y de “Psicología y Comunicación en Ciencias de la Salud” de continuar el próximo curso 2014-2015 con esta oferta de prácticas para los estudiantes, parece asegurada la continuidad de este proyecto de innovación docente para el próximo curso.

Sin duda este modelo multidisciplinar de gestionar la rehabilitación es transferible al ámbito de otras patologías, como en este sentido se nos ha transmitido de algún servicio del Hospital San Jorge y asociación relacionados con el “infarto cerebral agudo”.

#### **4. Citas y Referencias bibliográficas**

[1] Ehde, D. M., Dillworth, T. M., & Turner, J. A. (2014). *Cognitive-behavioral therapy for individuals with chronic pain: Efficacy, innovations, and directions for research*. *American Psychologist*, 69(2), 153.

[2] Lorig, K. (1996). *Chronic Disease Self-Management A Model for Tertiary Prevention*. *American Behavioral Scientist*, 39(6), 676-683.

[3] Northern, K. P. (2001). *Effect of a self-management program on patients with chronic disease*. *Effective clinical practice*, 4(6), 256-262.

[4] Wagner, E. H. (2000). *The role of patient care teams in chronic disease management*. *BMJ: British medical journal*, 320(7234), 569.