



DOCTORATS  
INDUSTRIALS

EL PLA DE  
DOCTORATS  
INDUSTRIALS

## PROJECTE DE DOCTORAT INDUSTRIAL EXPEDIENT 2015 DI 024

### DADES DE L'EMPRESA I DE L'ENTORN ACADÈMIC

#### Títol del projecte

Trastorns mentals severos, cronicitat i patró sedentari: Estudi d'usabilitat i efectivitat del programa "Seu menys, mou-te més" com a servei integral de tractament al Centre Mèdic Psicopedagògic d'Osona..

#### Empresa

Fundació Centre Mèdic Psicopedagògic d'Osona

#### Responsable de l'empresa

Josep Manel Santos López

#### Universitat o Centre de Recerca

Universitat de Vic – Universitat Central de Catalunya

#### Director/a de tesi

Anna Maria Puig Ribera

#### Treballador/a de l'empresa i doctorand/a

Anna Guàrdia Sancho

### BREU DESCRIPCIÓ DEL PROJECTE DE RECERCA

Introducció. El Trastorn Mental Sever (TMS) engloba un conjunt d'entitats nosològiques que deterioren les relacions personals, familiars i socials de la persona que les pateix (1). Els pacients amb TMS són vulnerables a multitud de problemes crònics de salut i la proporció de malaltia duplica a la població general, amb l'impacte conseqüent en la seva qualitat de vida (2). L'esperança de vida pot reduir-se una mitjana de 10-15 anys (3-4) i gairebé 2/3 d'aquesta diferència s'explica per la mort prematura causada per l'obesitat, síndrome metabòlica, diabetis mellitus, malalties cardiovasculars i respiratòries (5). L'elevada prevalença d'estils de vida no saludables en pacients amb TMS com el consum excessiu de calories, la inactivitat física i romandre llargs períodes de temps asseguts (comportament sedentari) juguen un paper clau en el desenvolupament d'aquestes malalties (6-8).

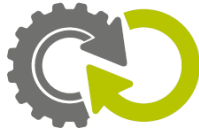
En aquest context, incorporar programes de promoció d'activitat física (AF) i reducció del comportament sedentari (CS) en el tractament integral de persones amb TMS permetria millorar-ne la qualitat de vida i prevenir i controlar les malalties cròniques associades (8). Durant l'any 2013, els programes de rehabilitació psicosocial dels Serveis Assistencials de la Xarxa de Salut Mental (XSM)) van atendre un total de 218.445 persones (2,89% de la població catalana) (9), fet que els situen com a espais estratègics per a implementar programes eficaços d'estils de vida saludables. Mentre l'evidència indica que la reducció del CS i l'increment d'AF està associada a l'obtenció de varis beneficis en la salut física poblacional (10), poca evidència



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Empresa i Coneixement  
Secretaria d'Universitats i Recerca



Agència  
de Gestió  
d'Ajuts  
Universitaris  
i de Recerca



DOCTORATS  
INDUSTRIALS

## EL PLA DE DOCTORATS INDUSTRIALS

ha estudiat l'impacte d'aquests programes en la salut mental i física de les persones amb TMS (11-13). Ni a Catalunya ni a l'Estat espanyol s'han identificat (i) les característiques de programes "eficaços" en la reducció del CS i increment de l'AF individualitzat als diferents TMS, (ii) la factibilitat de ser integrats en els serveis assistencials que ofereix la XSM o (iii) l'impacte que poden tenir en la salut mental i física d'aquests pacients. Aquests objectius són clau per obtenir canvis sostinguts en el patró sedentari i d'AF de les persones amb TMS.

Objectius. (a) Descriure els patrons de CS i AF en persones amb diferents diagnòstics de TMS; (b) Explorar els factors que influeixen en la reducció del CS i increment d'AF des de diverses perspectives (pacients, familiars, professionals assistencials); (c) Dissenyar i implementar un programa de reducció de CS i augment de l'AF per a persones amb TMS segons els resultats obtinguts en els objectius a i b, (d) Avaluar l'impacte del programa sobre la salut física i mental a curt (post intervenció), mig i llarg termini (6 i 12 mesos de seguiment respectivament).

Metodologia: Metodologia mixta. Fase I. Inclourà (A) un estudi descriptiu transversal per identificar els patrons sedentaris i d'AF en pacients amb TMS (objectiu a), (B) un estudi qualitatiu per explorar els factors que influeixen en el canvi de patrons sedentaris i d'AF en persones amb TMS i la millor manera d'integrar aquests programes en els serveis assistencials de la XSM (objectiu b). La mostra inclourà els pacients del Centre Mèdic Psicopedagògic d'Osona (CMPO) visitats durant el 2016 (n=85 aproximadament) i que acceptin participar en l'estudi signant el full de consentiment informat. Es mesuraran el comportament sedentari (ActivPal), activitat física (IPAQ), depressió (HAM-D), mania (Young-M) i simptomatologia psicòtica (BPRS) (estudi A). Es realitzaran entrevistes i discussions en grup (n=6-10) fins arribar a la saturació d'informació en pacients, familiars i varis especialistes de salut (estudi B). Fase II. S'utilitzarà una metodologia experimental per a avaluar el programa de reducció del CS i augment de l'AF en un grup control (GC) i grup intervenció (GI) en un subgrup de pacients del CMPO distribuïts aleatòriament a ambdós grups. S'estima necessari incloure un mínim de 50 pacients pel GC i 50 pacients pel GI. Intervenció: es desenvoluparà en base a la informació obtinguda en la fase I. Efectivitat: s'avaluarà si la reducció del CS, l'augment d'AF i el seu impacte sobre la salut física i mental de pacients amb TMS roman a mig i llarg termini (6 i 12 mesos de seguiment respectivament). Variables i instruments de mesura: depressió (HAM-D), Mania (Young-M), simptomatologia psicòtica (BPRS), ansietat (HAM-A), rendiment neurocognitiu (SCIP), qualitat de vida (SF-36), factors de risc cardiovascular (escala REGICOR).

