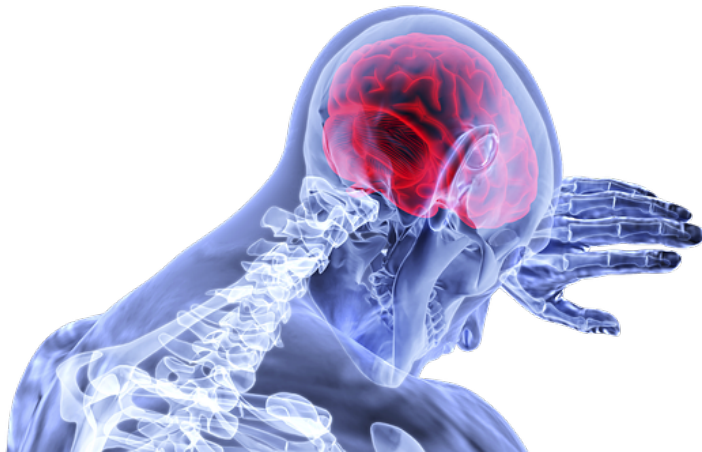


ACCIONES DE LA CÁTEDRA:

Apoyo a proyecto de investigación sobre la influencia del entorno laboral en los trastornos del sueño y la fatiga con esclerosis múltiple



La esclerosis múltiple (EM) es la enfermedad desmielinizante más común del sistema nervioso central (SNC). Uno de los síntomas más prevalentes es la fatiga (75-90 % de los afectados) así como la presencia de trastornos del sueño (43-68%) siendo estos últimos 4 veces más frecuentes que en la población general. Se conoce que ambos factores repercuten negativamente en la calidad de vida de estos sujetos, pero no se conoce suficientemente la influencia de la actividad laboral en los mismos. La EM

se caracteriza clínicamente por episodios de recidivas o brotes (80-90% afectados), que se suelen acompañarse de un periodo de incapacidad temporal. Solo un conocimiento en profundidad de la interacción entre actividad laboral y patología puede ayudar a poner las bases para una adecuada vuelta al trabajo de las personas afectadas por esta enfermedad, cuando desean seguir realizando sus actividades laborales con normalidad y reúnen condiciones para hacerlo, situación que es frecuente y que merece apoyo y atención especial.

Se considera una de las principales causas de la discapacidad física en adultos jóvenes afectando a 2,5 millones de personas en todo el mundo. El aumento constante en la incidencia de EM no puede explicarse únicamente por factores genéticos. En consecuencia, varios estudios han asociado esta enfermedad con factores ambientales. Solo un conocimiento en profundidad de la interacción entre actividad laboral y patología puede ayudar a poner las bases para un adecuada vuelta al trabajo de las personas afectadas por esta enfermedad, cuando desean seguir realizando sus actividades laborales con normalidad y reúnen condiciones para hacerlo, situación que es frecuente y que merece apoyo y atención especial. La subvención se dirige a apoyar las labores de investigación en una segunda etapa que integra una aproximación que se describe en su fundamento científico sucintamente y también desde una perspectiva metodológica. Es conocido que la melatonina tiene un papel importante en la regulación del ritmo circadiano, el sueño, el estado de ánimo y la inmunomodulación; factores frecuentemente afectados en la EM. Los brotes de EM son más frecuentes en verano y en países con mayor cantidad de horas de luz, cuando los niveles de melatonina son más bajos, por lo que todo indica que la cronoregulación de la melatonina tiene un papel fundamental en la respuesta inmune en la EM. Por lo tanto, es interesante investigar los factores ambientales que afectan a la cronobiología de estos pacientes, tales como la cantidad de horas de exposición a la luz y la oscuridad o el trabajo a turnos, factores que intervienen en la oscilación de secreción de melatonina.

Metodología:

Por medio del uso de un actígrafo, se medirán las horas de luz y oscuridad a las que está expuesto el paciente. Al mismo tiempo, se realizará una cuantificación de secreción de melatonina mediante un kit de determinación salival. Tanto las mediciones del actígrafo, como las de melatonina, se realizarán en 2 períodos (verano e invierno) para evitar un sesgo estacional por horas de luz y aportar un mayor valor

científico al estudio. Asimismo, se realizará una analítica de sangre, para determinar en plasma el efecto de la fluctuación de la secreción de melatonina provocada por los factores ambientales antes descritos, tales como cortisol, vitamina D y citoquinas implicadas en la inmunoregulación de la EM. En el momento de entrega del dispositivo, se realizará entrevista clínica al paciente, cuantificando la fatiga de los participantes, así como el registro de su situación laboral actual (ej: Turnicidad, características del puesto laboral y horas laborales activas, etc.). Una vez obtenido todos estos datos, se pretende estudiar de modo objetivo, el efecto de las jornadas laborales con turnicidad así como de la elevada exposición a la luz en el puesto de trabajo, con los ritmos cronobiológicos de secreción de melatonina y su efecto en la inmunomodulación y clínica de pacientes afectados por EM.

Investigadora: Dra. Esther Laura Llorente Rodríguez.
Médico Interno Residente de la Unidad de Neurofisiología Clínica del Hospital Miguel Servet de Zaragoza
Investigadora del Grupo de Investigación Consolidado del Instituto de Investigación Sanitaria de Aragón (IIS) GIIS-063-Medicina del Trabajo.



El presente trabajo de investigación se diseñó como un estudio analítico, observacional, transversal y unicéntrico por la Unidad de Neurofisiología Clínica del Hospital Miguel Servet de Zaragoza con la colaboración del servicio de Neurología (Unidad de Esclerosis Múltiple) y por el Grupo de Investigación consolidado del Instituto de Investigación Sanitaria de Aragón (IIS) GIIS-063 de Medicina del Trabajo.

El marco de referencia fue el enfoque de métodos mixtos que, mediante la integración de los hallazgos cuantitativos con los hallazgos cualitativos, tiene como objetivo proporcionar una imagen más completa de la influencia de los trastornos de sueño y la fatiga en pacientes con EM. Más específicamente, se utilizó un enfoque explicativo secuencial que involucró dos fases: una fase cuantitativa inicial (detallada a continuación), seguida de una fase de recopilación de datos cualitativos (el presente proyecto) dirigida a comprender mejor, a través de las experiencias personales de los participantes, como influye su entorno social y laboral en su calidad del sueño y en la fatiga.

El método de análisis marco fue elegido porque es particularmente adecuado para explorar y describir la experiencia subjetiva de cada sujeto permitiendo, en un ambiente distendido, de empatía y apoyo, obtener información acerca del entorno social y laboral de los pacientes, de su posible influencia en los problemas de fatiga, calidad de sueño, ansiedad, etc., que puedan presentar; así como identificar aquellos aspectos de su vida diaria en la esfera social y laboral que actúan como promotores de estos problemas, que actúan como barreras para el correcto desempeño de sus labores cotidianas y sus relaciones socio-laborales y también de aquellos otros que, por el contrario, vengan a actuar como facilitadores en todas esas áreas de su vida.

El objetivo no era generar una teoría sino capturar los diferentes aspectos y perspectivas del fenómeno bajo investigación a través de un enfoque inductivo. Además, este es un método dinámico que permite el cambio, la adición o la modificación a lo largo del proceso de análisis.

La muestra del proyecto estaba constituida por un total de 40 pacientes diagnosticados de esclerosis múltiple que son atendidos en el Servicio de Neurofisiología del Hospital Universitario Miguel Servet de Zaragoza para valoración de posibles trastornos del sueño por medio de polisomnografía desde el 1 de octubre de 2017 al 31 de mayo de 2018.

A cada participante, se le realizó un estudio de sueño (polisomnografía nocturna) domiciliaria, en la unidad de Neurofisiología clínica del HUMS. Los pacientes dormían en sus domicilios para evitar sesgos en el descanso nocturno de los sujetos. A la mañana siguiente, el paciente volvía al servicio de Neurofisiología donde se procedía a la revisión de la correcta grabación y registro del sueño.



Además, a cada uno de los pacientes, se les administró un total de los 10 cuestionarios de uso habitual en la práctica clínica a fin de llevar a cabo la valoración de diferentes variables.

A cada sujeto del estudio, se le propuso el día de la cita para la realización de la prueba de sueño, su inclusión en el estudio de los grupos focales. Los pacientes que accedieron a participar, fueron contactados telefónicamente, para ser citados en los lugares de las entrevistas a una hora y día pactados. El lugar donde se llevó a cabo el análisis cualitativo con los 3 Focus Groups generados con los pacientes, fue en la Facultad de Medicina de Zaragoza. En cada grupo focal, se suministró bebida y comida para recrear un ambiente distendido, de empatía y confianza, y así incentivar a los sujetos a participar abiertamente.

Antes de comenzar, se informó a los entrevistados sobre los objetivos y requisitos del estudio, y se les proporcionó el consentimiento por escrito, tal como lo requieren la Declaración de Helsinki y las pautas de la Buena práctica clínica de la UE. Luego, el entrevistador explicó que el objetivo de la entrevista era obtener comentarios de los participantes sobre la influencia de su entorno laboral en su calidad de sueño y fatiga y destacó que tanto las experiencias positivas como negativas de la intervención y sus sentimientos eran bienvenidas.

El apoyo recibido desde la Cátedra MAZ ha sido fundamental porque ha permitido la puesta en marcha de este proyecto en los mejores términos y su avance adecuado y con éxito en el cumplimiento de los objetivos marcados. Entre ellos está también la defensa de la tesis doctoral de la investigadora.