

## NOVEDADES IDOCAL



### Esta semana:

1. **Publicaciones:** The effect of manipulation plus massage therapy versus massage therapy alone in people with tension-type headache. A randomized controlled clinical trial. Espí-López et al.
2. **Eventos:** Los profesores Alicia Salvador y José Maria Peiró ingresan en la Academia de Psicología de España
3. **Doctorado:** Lectura de tesis – Sara Puig Pérez
4. **Investigación:** Un artículo del IDOCAL en el Atlas of Science
5. **Investigación:** Jornadas de Investigación VITEM: Bienestar de los Equipos Virtuales
6. **Congresos:** IV Congreso Internacional de Investigación en Salud y Envejecimiento y II Congreso Internacional de Investigación en Salud
7. **Universidad:** Criterios de evaluación de los Sexenios para la convocatoria 2016

## 1. Publicaciones: The effect of manipulation plus massage therapy versus massage therapy alone in people with tension-type headache. A randomized controlled clinical trial.

Nos complace anunciar que se ha publicado en **European Journal of Physical and Rehabilitation Medicine** el siguiente artículo:

Espí-López, G. V., Zurriaga-Llorens, R., Monzani, L., Falla, D. (2016). The effect of manipulation plus massage therapy versus massage therapy alone in people with tension-type headache. A randomized controlled clinical trial. *European Journal of Physical and Rehabilitation Medicine*, 52(5), 606-617.



### Abstract:

**BACKGROUND:** Manipulative techniques have shown promising results for relief of tension-type headache (TTH), however prior studies either lacked a control group, or suffered from poor methodological quality. The aim of this study was to compare the effect of spinal manipulation combined with massage versus massage alone on range of motion of the cervical spine, headache frequency, intensity and disability in patients with TTH. **DESIGN:** Randomized, single-blinded, controlled clinical trial. **SETTING:** University clinic. **POPULATION:** We enrolled 105 subjects with TTH. **METHODS:** Participants were divided into two groups: 1) manipulation and massage; 2) massage only (control). Four treatment sessions were applied over four weeks. The Headache Disability Inventory (HDI) and range of upper cervical and cervical motion were evaluated at baseline, immediately after the intervention and at a follow-up, 8 weeks after completing the intervention. **RESULTS:** Both groups demonstrated a large ( $f=1.22$ ) improvement on their HDI scores. Those that received manipulation reported a medium-sized reduction ( $f=0.33$ ) in headache frequency across all data points ( $P<0.05$ ) compared to the control group. Both groups showed a large within-subject effect for upper cervical extension ( $f=0.62$ ), a medium-sized effect for cervical extension ( $f=0.39$ ), and large effects for upper cervical ( $f=1.00$ ) and cervical ( $f=0.27$ ) flexion. The addition of manipulation resulted in larger gains of upper cervical flexion range of motion, and this difference remained stable at the follow-up. **CONCLUSIONS:** These findings support the benefit of treating TTH with either massage or massage combined with a manipulative technique. However, the addition of manipulative technique was more effective for increasing range of motion of the upper cervical spine and for reducing the impact of headache. **CLINICAL REHABILITATION IMPACT:** Although massage provided relief of headache in TTH sufferers, when combined with cervical manipulation, there was a stronger effect on range of upper cervical spine motion. **Key words:** Tension-type headache - Physical therapy modalities - Manipulation, spinal - Disabled persons.

¡Enhorabuena a los autores!

## 2. Eventos: Los profesores Alicia Salvador y José María Peiró ingresan en la Academia de Psicología de España

El miércoles por la tarde tuvo lugar el acto inaugural y de apertura de curso 2016-17 de la **Academia de Psicología de España** en la Universidad Nacional de Educación a Distancia. En dicho acto se impuso la medalla a los nuevos académicos, los catedráticos de nuestra Universidad **Alicia Salvador** y **José María Peiró** que fueron elegidos hace unos meses.



La Academia de Psicología de España ha sido creada por el real decreto del Ministerio de Educación Cultura y Deporte 378/2015, de 14 de mayo de 2015 y tiene como misión la consecución, promoción y mantenimiento del más alto nivel científico, cultural y social en la Psicología, así como el impulso de su práctica en beneficio de los individuos y la sociedad.

Para más información, pincha [aquí](#).

### 3. Doctorado: Lectura de tesis – Sara Puig Pérez

Nos complace anunciar que el próximo miércoles 7 de diciembre de 2016 a las 16h en el Salón de Grados de la Facultad de Psicología, **Sara Puig Pérez** defenderá su tesis doctoral, que lleva por título:

**“THE IMPORTANCE OF THE WAY WE ARE: The role of personality in the functioning of the Autonomic Nervous System and the Hypothalamic-Pituitary-Adrenal axis in older people”.**

A continuación mostramos el resumen de la misma y de los estudios que la componen:



Sólo unos pocos estudios han investigado el papel protector o perjudicial de factores psicológicos sobre los principales sistemas fisiológicos involucrados en la respuesta de estrés en personas mayores. Considerando la importancia que éstos sistemas fisiológicos en la salud, el objetivo principal de esta tesis doctoral es investigar los posibles factores psicológicos que protegen o contribuyen a un mal funcionamiento del SNA y del eje HHA.

**Estudio 1.** En el presente estudio nos hemos centrado en analizar el posible efecto negativo del rasgo de personalidad neuroticismo y del estado de ánimo depresivo en la respuesta psicofisiológica de estrés en personas mayores sanas. Para ello, 36 voluntarios sanos mayores fueron expuestos a un estresor psicosocial estandarizado (TSST) mientras que 35 voluntarios fueron sometidos a una tarea no estresante. A lo largo de la sesión experimental, fueron registrados los niveles de cortisol, alfa-amilasa en saliva y frecuencia cardíaca antes, durante y después de la exposición a la tarea estresante y no estresante. Además, se registró el nivel de ansiedad estado, afecto positivo y afecto negativo antes y después de la exposición a dichas tareas. Los participantes también completaron el Eysenck Personality Questionnaire (EQP) y el Beck Depression Inventory (BDI) con el objetivo de medir el rasgo de neuroticismo y el estado de ánimo depresivo, respectivamente. Los resultados mostraron que el neuroticismo no afectaba a la respuesta psicofisiológica de estrés. En cambio, un mayor estado de ánimo depresivo se vio relacionado con una mayor respuesta de cortisol, así como una respuesta aplanada de la frecuencia cardíaca ante estrés. Los principales resultados del presente estudio han sido publicados en: Puig-Perez, S., Villada, C., Pulopulos, M.M., Hidalgo, V., Salvador, A. (2016). *How are neuroticism and depression related to the psychophysiological stress response to acute stress in healthy older people?* *Physiology & Behavior*, 156, 128-136.

**Estudio 2.** El objetivo del segundo estudio se centró

en el papel de los rasgos de personalidad de neuroticismo y extraversión sobre la respuesta matutina de cortisol (CAR) y los niveles de cortisol matutinos (AUCG), estudiando además la existencia de diferencias sexuales en dicha relación. Para ello, un total de 160 de personas mayores de 55 años y sanas recogieron 3 muestras de saliva en el momento del despertar y 30 y 45 minutos después de despertar durante dos días consecutivos entre semana. Además, completaron el Eysenck Personality Questionnaire (EQP). Los resultados mostraron que, sin tomar en consideración el sexo, el rasgo de neuroticismo no se vio relacionado con el CAR, pero sí con una menor concentración de cortisol matutino (AUCG). Tras analizar el efecto del sexo/género, observamos que éste afectó a la relación entre neuroticismo y CAR, pero no entre neuroticismo y AUCG. Observamos que sólo en las mujeres, el neuroticismo se relacionó con mayor CAR. Finalmente, el rasgo de extraversión no mostró relación alguna con el CAR ni con el AUCG, incluso después de explorar el efecto del sexo/género en dichas relaciones. Los principales resultados del presente estudio han dado lugar a un manuscrito que ha sido publicado: Puig-Perez, S., Pulopulos, M. M., Hidalgo, V., & Salvador, A. (2016). *Are Neuroticism or extraversion related to morning cortisol release in healthy older people?* *International Journal of Psychophysiology*.

**Estudio 3.** El objetivo del presente estudio fue analizar el efecto del optimismo disposicional y sus sub-escalas sobre la respuesta fisiológica al estrés y la apreciación del estresor en un total de 72 personas

mayores sanas de entre 55 y 76 años de edad. En dicho estudio, los participantes fueron asignados aleatoriamente a dos grupos: grupo de estrés y grupo control. El grupo estrés fue sometido a un estresor psicosocial estandarizado (Trier Social Stress Test, TSST), mientras que el grupo control realizó una tarea control ad hoc similar a la realizada por el grupo experimental, pero sin el componente estresante. A lo largo de ambas sesiones se registraron los niveles de cortisol y frecuencia cardíaca a nivel basal, durante la exposición a la tarea estresante o a la tarea control y después. Además, los participantes completaron el cuestionario Live Orientation Test – Revised (LOT-R) y establecieron qué nivel de estrés, frustración, esfuerzo y dificultad tenía la tarea a la que habían sido expuestos, así como la importancia que había tenido para ellos hacerla correctamente. Nuestros resultados mostraron que la sub-escala de optimismo estaba relacionada con una recuperación más rápida de los niveles de cortisol y de frecuencia cardíaca en aquellas personas expuestas a estrés. Mientras que la sub-escala de pesimismo no se relacionó con la respuesta fisiológica, sí que facilitó una percepción más negativa del estresor incrementando la sensación de dificultad y esfuerzo requerido para afrontarlo. Los principales resultados del presente estudio han sido publicados en: Puig-Perez, S., Villada, C., Pulopulos, M.M., Almela, M., Hidalgo, V., Salvador, A. (2015). *Optimism and pessimism are related to different components of the stress response in healthy older people. International Journal of Psychophysiology*, 98 (2-Part 1), 213-221.

**Estudio 4.** Este estudio se ha focalizado en analizar el efecto del optimismo disposicional y sus sub-escalas (optimismo y pesimismo) sobre la respuesta matutina de cortisol (CAR) y el recuerdo de eventos autobiográficos positivos y negativos. Un total de 77 participantes completaron el LOT-R, recogieron 3 muestras de saliva al despertar y a los 30 y 45 minutos después de despertar en dos días consecutivos entre semana, y resumieron en una hoja los eventos, cogniciones y emociones más importantes de su vida. Tres jueces externos valoraron las narraciones de las personas que participaron de acuerdo a 4 categorías, realizando un conteo del número de eventos positivos o negativos que la persona relató en su evento, así como de pensamientos o emociones positivas o negativos plasmadas en su narración. En general, las mujeres mostraron un mayor número de cogniciones y emociones que los hombres. Aquellas personas con mayor optimismo disposicional

mostraron un mayor porcentaje de recuerdo de eventos, emociones y cogniciones positivas. Del mismo modo, las personas con mayor pesimismo se focalizaron en aquellos eventos, emociones y cogniciones negativas. Finalmente, el optimismo disposicional y la sub-escala de optimismo se relacionó con un mayor CAR, no obstante, este resultado no se replicó cuando repetimos los resultados sólo con aquellas personas que mostraron respuesta del CAR en los dos días medidos. Los resultados de este estudio han sido sometidos para su publicación en: Puig-Perez, S., Pulopulos, M., Hidalgo, V., & Salvador, A. *Being an Optimist or a Pessimist and its Relationship with Morning Cortisol Release and Past Life Review in Healthy Older People. Psychology & Health*.

**Estudio 5.** El último estudio se focalizó en el efecto del optimismo disposicional sobre la respuesta psicofisiológica ante estrés, así como en la función circadiana del eje hipotálamo-hipofiso-adrenal (respuesta matutina de cortisol y secreción diurna de cortisol), en personas con diabetes tipo II. Un total de 140 personas con diagnóstico de diabetes tipo II del área metropolitana de Londres fueron expuestas a un estresor estandarizado de laboratorio (Stroop Test y Mirror Strar Tracing Test). Antes, durante y después del estresor, se registraron los niveles de presión arterial, frecuencia cardíaca, cortisol y estrés percibido. Además, de forma ambulatoria las personas recogieron 5 muestras de saliva a lo largo de un día (en el momento del despertar, 30 minutos después de despertar, entre las 10 y las 10:30, entre las 16:00 y 16:30, y entre las 20:00 y 20:30) y completaron el LOT-R. Las personas con diabetes tipo II participantes en este estudio mostraron una respuesta fisiológica aplanada a estrés comparada con personas sanas (Steptoe et al., 2014). Nuestros resultados muestran que aquellas personas con mayor optimismo disposicional presentaron una respuesta cardiovascular al estrés menos aplanada que las personas con bajo optimismo disposicional, percibiendo además la sesión experimental como menos estresante. Además, aunque el optimismo disposicional no se relacionó con el CAR, sí que observamos que las personas con mayor optimismo mostraron menos niveles de cortisol a lo largo del día. Los resultados de este estudio han dado lugar a un manuscrito que está actualmente aceptado para publicación: Puig-Perez, S., Hackett, R., Salvador, A. & Steptoe, A. (2016). *Optimism moderates psychophysiological responses to stress in older people with type 2 diabetes. Psychophysiology*.

#### 4. Investigación: Un artículo del IDOCAL en el Atlas of Science

El resumen de un artículo del IDOCAL aparece en el proyecto [Atlas of Science](#), a invitación del propio proyecto. El proyecto **Atlas of Science** tiene como objetivo facilitar la divulgación de la investigación científica a escala internacional.



El resumen se preparara con un lenguaje que permite llegar a un mayor número de personas. En concreto, este resumen se titula **"Mutual trust between managers and their teams is hard to find: can we increase it?"** y lo podéis encontrar pinchando [aquí](#).

#### 5. Investigación: Jornadas de Investigación VITEM: Bienestar de los Equipos Virtuales

Los integrantes del proyecto “Incidencia de los subgrupos y las competencias emocionales en el bienestar y el rendimiento de los equipos virtuales” dirigido por **Ana Zornoza Abad** y **Virginia Orengo Castellá** (dentro del marco del programa PROMETEO 2016/138), se reunieron en el Instituto IDOCAL durante los días 28 y 29 de Noviembre.

Este encuentro ha sido una oportunidad para compartir experiencias de investigación, profundizar en las distintas perspectivas para estudio de los equipos virtuales, analizar los constructos que actualmente cobran mayor relevancia así como revisar los principales resultados alcanzados en la investigación previa. Las jornadas han permitido crear importantes sinergias entre las distintas universidades encaminadas a una colaboración futura para el estudio del bienestar de los equipos virtuales. En este sentido, se ha podido reflexionar sobre los aspectos clave que se deben tener en cuenta para encaminar con éxito el diseño del proyecto que en breve comienza.

En esta ocasión nos visitaron: Vicente Peñarroja Cabañero de la Universidad Autónoma de Barcelona, Nuria Gamero Vázquez de la Universidad de Sevilla, Marta Sofia Lopes Pereira e Isabel Cristina Dórdio Dimas de la Universidad de Coimbra.

Foto: Marta Sofia Lopes Pereira e Isabel Cristina Dórdio Dimas de la Universidad de Coimbra.



## 6. Congresos: IV Congreso Internacional de Investigación en Salud y Envejecimiento y II Congreso Internacional de Investigación en Salud



Un año más, se realizará el **IV Congreso Internacional de Investigación en Salud y Envejecimiento** junto con el **II Congreso Internacional de Investigación en Salud**. Se desarrollará durante los días 29 y 30 de junio de 2017, en la Ciudad de Murcia, concretamente, en el Hotel 7 Coronas, donde se realizarán las ponencias invitadas, los simposios presenciales y la defensa comunicaciones orales para las matrículas presenciales.

Nuevamente, se puede participar tanto de forma presencial como online y contará con múltiples áreas temáticas, que dan cabida a todos los profesionales de la salud.



Las fechas próximas más importantes son:

- ✚ **28 de Diciembre de 2016** – Límite para el envío de propuesta de simposio (improrrogable para los presenciales, por motivos de reserva de espacios).
- ✚ **20 de Enero de 2017** – Límite para el envío de resumen de comunicación para libro impreso.

El precio de matriculación es de 150€ para la modalidad presencial y de 190€ online. Para más información, pincha [aquí](#).

## 7. Universidad: Criterios de evaluación de los Sexenios para la convocatoria 2016

En Resolución de 24 de noviembre de 2016, de la **Comisión Nacional Evaluadora de la Actividad Investigadora**, se publican los criterios específicos aprobados para cada uno de los campos de evaluación:

<https://www.boe.es/boe/dias/2016/11/26/pdfs/BOE-A-2016-11189.pdf>

<http://sexenios.com/criterios-evaluacion-sexenios-cneai-2016-las-novedades/>

Colaboradores de este número de Novedades (por orden alfabético):

Vicente Martínez  
José María Peiró  
Sara Puig  
Nuria Tordera  
Mónica Valencia  
Rosario Zurriaga