



EFICACIA DE UN PROGRAMA DE EJERCICIO TERAPÉUTICO GRUPAL EN PACIENTES CON DISTROFIAS MUSCULARES: ENSAYO CLÍNICO ALEATORIZADO CONTROLADO

Raquel Sebio García^{1,2,3}, Joan Daniel Martí Romeu¹, Mihaela Taranu¹, Sara Laxe¹, Óscar Vicente Jerez⁴, Inés García Bouyssou⁴

¹Servicio de Rehabilitación (ICEMEQ). Hospital Clínic de Barcelona. ²Institut d'Investigacions Biomèdiques Agustí Pi i Sunyer (IDIBAPS). Barcelona.

³Escola Superior de Ciències de la Salut TecnoCampus. Universitat Pompeu Fabra. ⁴Institut Clínic de Neurociències. Hospital Clínic de Barcelona.

Autor de correspondència: Raquel Sebio García, Servicio de Rehabilitación, Hospital Clínic de Barcelona Casanova 160 bis 08036 Barcelona, correo electrónico: sebio@clinic.cat

Projecto becado por el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya en la convocatoria de ayudas a la investigación del 2021. Referencia concesión: R04/21

RESUMEN

Antecedentes: La prescripción de ejercicio terapéutico en pacientes con distrofias musculares continúa siendo un tema controvertido entre los profesionales sanitarios debido a la falta de investigaciones de alta calidad que sustenten los beneficios y seguridad del mismo en dicha población.

Objetivos: El objetivo principal de este estudio es evaluar la eficacia de un programa de ejercicio terapéutico (ET) y educación sanitaria (ES) en pacientes con distrofias musculares sobre la capacidad funcional y la fuerza muscular. Entre los objetivos secundarios, se incluyen: i) evaluar la factibilidad, la tolerancia y la seguridad de la intervención en esta población y ii) determinar la eficacia del programa sobre otras variables secundarias como la fatiga, la calidad de vida relacionada con la salud y los niveles de actividad física.

Metodología: Ensayo clínico aleatorizado controlado de grupos paralelos, evaluador-ciego. Los pacientes serán reclutados procedentes de los servicios de Neurología y Medicina Interna del Hospital Clínic y derivados al Servicio de Rehabilitación para su valoración e inclusión. El primer día se llevarán a cabo las valoraciones basales previa firma del consentimiento informado por parte del paciente. Los pacientes asignados al grupo intervención participarán en un programa de ET y ES dos días por semana durante 12 semanas mientras que los

pacientes en el grupo control continuarán con sus actividades habituales. Cada sesión tendrá una duración de 45 minutos y consistirá en 20 minutos de entrenamiento cardiovascular, 20 minutos de ejercicio de fuerza muscular en circuito y 5 minutos de estiramientos. Los pacientes serán evaluados nuevamente al finalizar los tres meses en las siguientes variables: i) capacidad funcional (Timed Up and Go), ii) fuerza muscular periférica y músculos respiratorios (dinamometría), iii) calidad de vida relacionada con la salud (SF12), iv) fatiga (BFI), v) actividad física (acelerometría) y vi) factibilidad (ratios de inclusión, tolerancia y efectos adversos). Para evitar conflictos éticos, los pacientes del GC tendrán la oportunidad de realizar el mismo programa una vez finalizada su participación en el estudio.

Discusión: Se espera que este estudio permita evaluar los efectos de un programa de ET + ES sobre diferentes variables relacionadas con la funcionalidad y la autonomía de las personas diagnosticadas de distrofia muscular. Los resultados obtenidos contribuirán a reforzar la evidencia científica disponible en la actualidad sobre los efectos y la seguridad del ejercicio terapéutico en esta población y podrían facilitar la implementación de programas similares en diferentes entornos (hospitalario y comunitario).

Número registro clinicaltrials.gov: NCT05081791

PALABRAS CLAVE: Distrofia muscular, ejercicio terapéutico, capacidad funcional, fuerza muscular.