

Eficacia de un programa de rehabilitación cardíaca en la capacidad funcional de pacientes con insuficiencia cardíaca

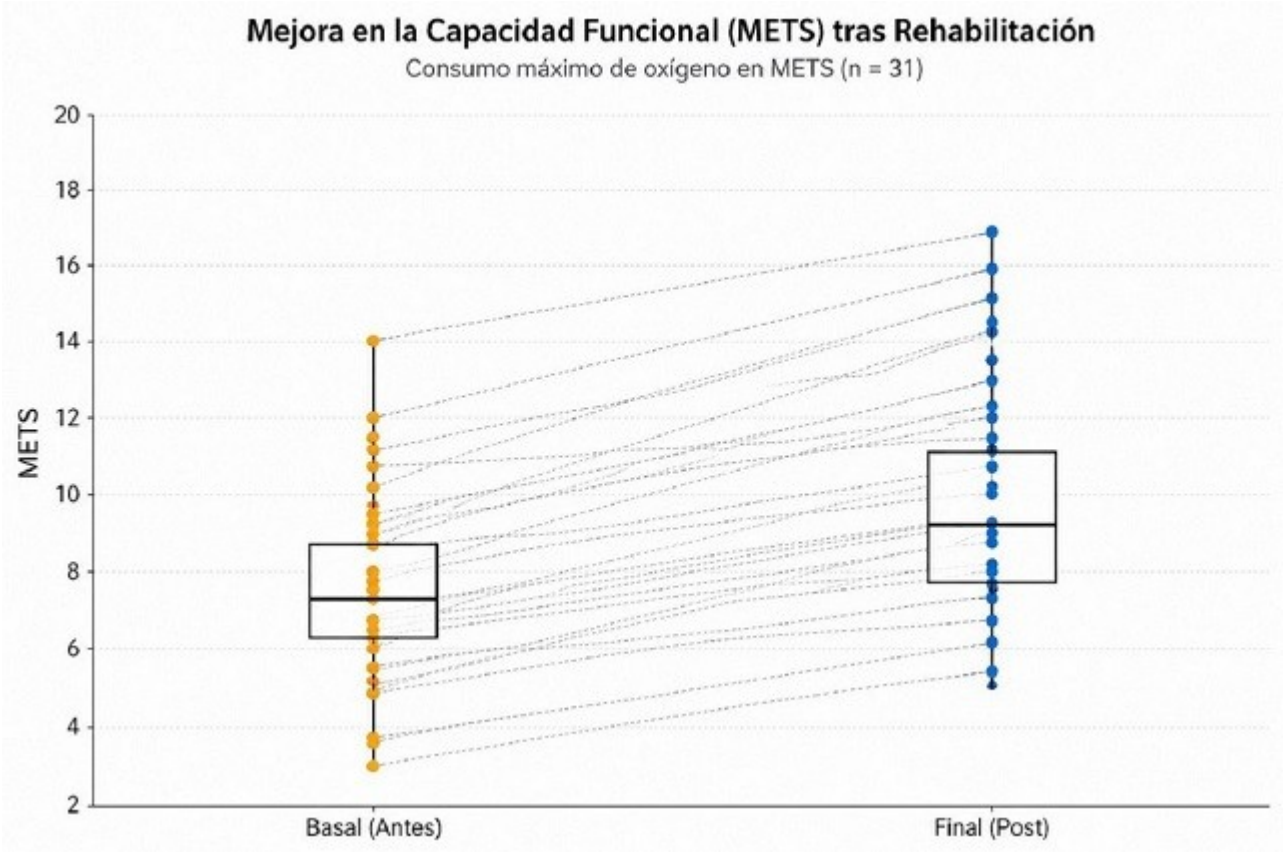
Luis Fernando Martínez-Carrasco Martínez(1), María del Carmen Valdivieso Sánchez(2), Álvaro Pablo Pastor Polo(1), Miguel Ángel Martín Melián(1), Carmen Rus Mansilla(2) y Pablo Antonio Toledo Frías(2) de (1)Dpto. Fisioterapia, Facultad Ciencias de la Salud. Universidad de Granada, Granada - España y (2)Unidad de Prevención Secundaria y Rehabilitación Cardíaca. Hospital Universitario Clínico San Cecilio, Granada - España

Introducción: La rehabilitación cardíaca es una intervención multidisciplinar clave que combina ejercicio físico y educación sanitaria cuyo objetivo es mejorar la capacidad funcional, la calidad de vida y reducir los ingresos hospitalarios en pacientes con enfermedad cardiovascular especialmente en insuficiencia cardiaca

Métodos: Se realizó un estudio descriptivo intragrupo con 31 pacientes con diagnóstico de insuficiencia cardiaca, derivados de la unidad de insuficiencia cardiaca, (edad media 64,3 ± 9,5 años; 18 hombres y 13 mujeres; 14 con FEVI (fracción de eyección del ventrículo izquierdo) preservada y 17 reducida. Los participantes completaron un programa de rehabilitación cardíaca presencial de 34 ± 9,3 días, con dos sesiones presenciales semanales. Se evaluaron variables fisiológicas y funcionales antes y después de la intervención, analizadas mediante la prueba de Wilcoxon.

Resultados: Tras finalizar el programa de rehabilitación, se observaron mejoras estadísticamente significativas ($p < 0,001$) en todas las variables de capacidad funcional y fisiológicas evaluadas. La distancia recorrida en el Test de Marcha de 6 Minutos (TM6M) aumentó de 373,7 ± 97,2 m a 479,0 ± 74,5 m. A nivel de respuesta cardiovascular al esfuerzo, la Frecuencia Cardíaca Máxima (FC Máx) se incrementó de 117,5 ± 24,4 a 124,5 ± 22,7 lpm. En cuanto a las variables de fuerza, la Presión Inspiratoria Máxima (PIM) mejoró significativamente de 79,1 ± 25,4 a 89,7 ± 23,8 cmH2O, mientras que la fuerza de prensión manual (dinamometría dominante) aumentó de 34,1 ± 13,2 kg a 36,9 ± 13,1 kg. En cuanto a los METs mejoraron significativamente de 7,39 ± 2,57 a 9,26 ± 3,17 METs. El tamaño del efecto de la intervención fue grande (d de Cohen > 0,8) en todas las variables de capacidad funcional.

Conclusiones: La rehabilitación cardíaca en pacientes con insuficiencia cardíaca muestra mejoras funcionales y fisiológicas incluso con un número reducido de sesiones observando un impacto positivo en la capacidad funcional que muy posiblemente se traduzca en una mejor calidad de vida. Sin embargo, los resultados deben interpretarse con cautela por las limitaciones del estudio, siendo necesarios ensayos clínicos aleatorizados con mayor tamaño muestral y seguimiento más prolongado para confirmarlos y evaluar mejor la capacidad de respuesta de las variables


Mejora en la Capacidad Funcional (METS) tras Rehabilitación
Consumo máximo de oxígeno en METS (n = 31)
METS
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
Basal (Antes)
Final (Post)