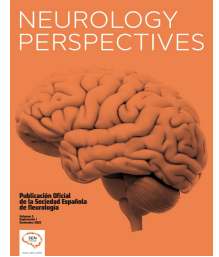




# Neurology perspectives



## 21788 - EFECTOS DE UN PROGRAMA DE TELERREHABILITACIÓN CON EJERCICIOS DE ESTABILIDAD CENTRAL PARA MEJORAR EL EQUILIBRIO Y LA MARCHA EN LA ATAXIA HEREDITARIA. UN ENSAYO CLÍNICO ALEATORIZADO Y CONTROLADO

Peláez Hervás, S.<sup>1</sup>; Fernández Lago, H.<sup>2</sup>; Masbernat Almenara, M.<sup>2</sup>; Serra Rusiñol, L.<sup>3</sup>; Rubí Carnacea, F.<sup>4</sup>; Martínez Navarro, O.<sup>5</sup>; Tera Miralles, C.<sup>6</sup>; Esteban Muñoz, J.<sup>7</sup>; Cabanas Valdés, R.<sup>8</sup>

<sup>1</sup>Servicio de Rehabilitación. Hospital Clínic i Provincial de Barcelona; <sup>2</sup>Department of Nursing and Physiotherapy. Universitat de Lleida; <sup>3</sup>Servicio de Rehabilitación. Neurosalud Barcelona; <sup>4</sup>Department of Nursing and Physiotherapy, University of Lleida. Research Group of Health Care1. IRBLleida; <sup>5</sup>Consolidated Research Group: Society, Health, Education and Culture. University of Lleida. <sup>6</sup>Research Group of Health Care. Department of Nursing and Physiotherapy, University of Lleida; <sup>7</sup>Unitat de Trastorns del Moviment. Hospital Clínic i Provincial de Barcelona; <sup>8</sup>Department of Physiotherapy, Faculty of Medicine and Health Science. Universitat Internacional de Catalunya.

### Resumen

**Objetivos:** Evaluar la eficacia de un programa de ejercicios de estabilidad del *core* (ESC) en casa de 7 semanas, impartido mediante telerrehabilitación (TR), en términos de equilibrio del tronco, velocidad de la marcha, confianza en el equilibrio y función motora de las extremidades inferiores en personas con ataxia hereditaria (AH).

**Material y métodos:** Este estudio triple ciego, aleatorizado, controlado y de dos brazos incluyó a participantes divididos en dos grupos. Ambos grupos participaron en un programa de CSE-TR de 30 a 40 minutos al día, 5 días a la semana, durante 7 semanas, utilizando diferentes formatos de TR. Los resultados incluyeron equilibrio, velocidad de marcha, fuerza en piernas, riesgo de caídas, gravedad de la ataxia, confianza en el equilibrio y adherencia al programa al inicio, a las 7 y a las 12 semanas.

**Resultados:** Se reclutaron doce personas con HA ( $49,5 \pm 20,6$  años). A pesar de las mejoras en todas las variables, solo dos mostraron cambios estadísticamente significativos. En cuanto a la velocidad de la marcha, los resultados fueron estadísticamente significativos durante las evaluaciones T1 y T2 en cada grupo ( $p = 0,0001$ ;  $\eta^2 = 0,601$ ). En cuanto a la autoconfianza, se observaron diferencias significativas tanto dentro como entre los grupos ( $p = 0,046$ ;  $\eta^2 = 0,264$  y  $p = 0,014$ ;  $\eta^2 = 0,469$ , respectivamente).

**Conclusión:** Un programa de CSE-TR domiciliar de 7 semanas mejoró o mantuvo el equilibrio, la velocidad de la marcha, la confianza en sí mismo, la fuerza en las piernas, la gravedad de la AH y el riesgo de caídas.