



21799 - NUEVAS FORMAS DE INTERVENCIÓN DE EJERCICIO EN ESCLEROSIS MÚLTIPLE: LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL PARA MEJORAR LA FUERZA VERSUS TRATAMIENTO CONVENCIONAL

Ortega Carrión, L.; Paniagua González, L.

CSUR de Esclerosis Múltiple. Complejo Hospitalario Regional Virgen Macarena.

Resumen

Objetivos: Nuestro objetivo principal fue evaluar los cambios en la fuerza máxima y fuerza resistencia en pacientes con EM tras 20 semanas de ejercicio, comparando un grupo de IA con un grupo del método tradicional. El objetivo secundario consistió en medir cambios en resistencia a la marcha.

Material y métodos: Ensayo clínico aleatorizado, con 58 participantes divididos en un grupo experimental ($n = 29$) y un grupo control ($n = 29$). Se realizaron mediciones antes, a las 10 y a las 20 semanas. Ambos grupos siguieron el mismo protocolo, pero el grupo experimental utilizó la aplicación de IA RehBody para la monitorización y *feedback* visual de los ejercicios. Las variables incluidas fueron fuerza máxima en sentadillas y *press* de banca, fuerza resistencia en extensión y flexión de rodilla, test de 6 minutos marcha (6MWT).

Resultados: Ambos grupos mejoraron significativamente su fuerza máxima en sentadilla ($r < 0,05$), sin diferencias significativas entre ellos. La resistencia muscular mejoró en ambos grupos para la flexión de rodilla, pero solo en el grupo control para la extensión de rodilla. La prueba de marcha de 6 minutos mostró una mejora no significativa en el grupo experimental.

Conclusión: Los programas de teleejercicio con IA no mostraron diferencias significativas en comparación con los métodos tradicionales, aunque podrían ser una alternativa válida de teleejercicio. Su eficacia depende de protocolos estandarizados y una mejora del seguimiento de la adherencia. Aun así, se necesita más investigación para optimizar su implementación en EM.