



21960 - IMPACTO DEL EJERCICIO FÍSICO A NIVEL COGNITIVO EN PERSONAS CON ESCLEROSIS MÚLTIPLE: MEJORA DE LA VELOCIDAD DE PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN MEDIANTE UN PROGRAMA DE PILATES CLÍNICO

Martínez Lerín, N.; Pérez Caballero, E.

Área de Fisioterapia. Fundació Esclerosis Múltiple.

Resumen

Objetivos: Entre el 45 y 65% de las personas con esclerosis múltiple (PcEM) pueden presentar, durante el curso de la enfermedad, alguna disfunción cognitiva. La alteración en la velocidad de procesamiento de la información (VPI) es una de las más prevalentes y tiene un gran impacto en el desarrollo familiar y social, la realización de actividades de la vida diaria y la empleabilidad, afectando en la calidad de vida. Actualmente no existe tratamiento farmacológico específico siendo los tratamientos neurorrehabilitadores de gran relevancia, entre ellos el ejercicio físico (EF). El objetivo del presente estudio fue valorar el impacto a nivel cognitivo de la modalidad de EF de pilates clínico.

Material y métodos: Se diseñó un programa de pilates clínico de 12 semanas de duración. Se seleccionaron 5 PcEM que cumplían criterios de inclusión (discapacidad física leve y ausencia de tratamiento neurorrehabilitador integral). Se evaluó la VPI mediante la escala Symbol Digits Modalities Test (SDMT) y la calidad de vida mediante la escala EuroQol-5D (EQ-5D) pre y postratamiento.

Resultados: Se observó una tendencia positiva de la VPI con un incremento medio del 16,67 y del 12,2% en la calidad de vida. El 100% de las participantes se situaron en valores iguales o superiores de VPI a los que les pertenecían de referencia según edad y nivel educativo.

Conclusión: El EF terapéutico regular diseñado por profesionales especializados es una opción segura y efectiva, permite mejorar la calidad de vida y las funciones cognitivas en pcEM y debe formar parte del tratamiento neurorrehabilitador integral de la patología.