



Neurology perspectives



21787 - EFECTOS MOTORES Y COGNITIVOS DEL TENIS MESA EN LA ENFERMEDAD DE PARKINSON: UN ESTUDIO DE MÉTODOS MIXTOS

Fernández Lago, H.¹; Bosch Barceló, P.¹; Masbernat Almenara, M.¹; Rubinat Arnaldo, E.¹; Bert Bellon, F.¹; March Llanes, J.²; Estrada Plana, V.²; García González, S.³; Fernández Torrego, J.⁴; Santos García, D.⁵

¹Departamento de Enfermería y Fisioterapia. Universidad de Lleida; ²Departamento de Psicología, Sociología y Trabajo Social. Universidad de Lleida; ³Servicio de Fisioterapia. Asociación Parkinson Galicia-Coruña; ⁴Servicio de Neuropsicología. Asociación Parkinson Galicia-Coruña; ⁵Servicio de Neurología. Complejo Hospitalario Universitario A Coruña.

Resumen

Objetivos: Evaluar los efectos de un programa de tenis de mesa sobre aspectos motores, cognitivos y de bienestar en personas con enfermedad de Parkinson (pcEP).

Material y métodos: Se realizó un estudio de métodos mixtos con diseño paralelo convergente en dos fases: cuantitativa y cualitativa. Un total de 18 pcEP completaron un programa de 12 sesiones de tenis de mesa distribuidas a lo largo de 12 semanas. Las variables cuantitativas incluyeron: efecto de la doble tarea motora, aritmética y verbal en el área del centro de presiones (variable principal), gravedad motora de la enfermedad (MDS-UPDRS-III), riesgo de caída (Timed Up and Go), miedo a caer (FES-I), estado cognitivo (MoCA, Trail Making Test) y calidad de vida (PDQ-8). En la fase cualitativa, se realizaron 9 entrevistas semiestructuradas para explorar las percepciones de las pcEP sobre el impacto del programa en su sintomatología, bienestar y adherencia a la práctica.

Resultados: Se observaron diferencias significativas en el efecto de la doble tarea motora sobre el área del centro de presiones recorrida posintervención ($p = 0,025$; $W = 25,00$; $r_s = -0,632$), y en el estado cognitivo, con un aumento en los puntajes de MoCA posintervención ($p < 0,05$; $t[15] = -2,14$; $d = -0,535$). El análisis temático cualitativo identificó cuatro temas: bienestar y evasión, agilidad y mente activa, accesibilidad al juego y competitividad como enganche del tenis mesa.

Conclusión: El programa de tenis mesa produjo mejoras motoras y cognitivas, promovió el bienestar emocional y fue percibido como accesible y motivante.