

## P-40. IMPACTO DE UN PROGRAMA DE REVITALIZACIÓN GERIÁTRICA EN ADULTOS MAYORES EN LA PRUEBA DE LA ESCALINATA

### IMPACT OF A GERIATRIC REVITALIZATION PROGRAM ON THE STAIR-STEP TEST IN OLDER ADULTS

A. Rodríguez Vara<sup>1,2,3</sup>, L. Polo Feltre<sup>1,3,4</sup>, A. Dávila Marcos<sup>1,3,4</sup>, M.B. Carrera Villegas<sup>1,2,3</sup>, N. Santos Blázquez<sup>1,2,3</sup>, C. Moreno Pascual<sup>5,6,7</sup>, E.J. Fernández Rodríguez<sup>4,6,8,9</sup> y S. Puente González<sup>3,4,5,6</sup>

<sup>1</sup>Facultad de Enfermería y Fisioterapia, Universidad de Salamanca, Salamanca. <sup>2</sup>Departamento de Enfermería y Fisioterapia, Universidad de Salamanca, Salamanca. <sup>3</sup>Fisioterapeuta, Salamanca. <sup>4</sup>Grupo de Fisioterapia, Recuperación Funcional y Ejercicio Terapéutico del Instituto de Investigación Biomédica de Salamanca (IBSAL), Salamanca. <sup>5</sup>Facultad de Enfermería y Fisioterapia, Universidad de Salamanca, Salamanca. <sup>6</sup>Grupo Investigación Reconocido-GIR: Atención de Enfermería y Fisioterapia en Promoción de la Salud, Estilos de Vida y Salud, Salamanca. <sup>7</sup>Médico, Salamanca. <sup>8</sup>Terapeuta ocupacional, Salamanca. <sup>9</sup>Facultad de Psicología, Universidad de Salamanca, Salamanca.

**Introducción:** El envejecimiento y el sedentarismo se relacionan con una reducción en la función muscular y en la aptitud cardiorrespiratoria, lo que resulta en una capacidad disminuida realizar las actividades de la vida diaria (AVD) y mantener el funcionamiento independiente. La prueba en escalinata durante 2 minutos evalúa la tolerancia aeróbica, la cual está relacionada con la funcionalidad en las AVD (Izquierdo *et al.* J Nutr Heal Envejecimiento. 2021;25(7):824-53; Heyward VH; 2008).

**Objetivos:** Determinar el efecto de un programa de revitalización geriátrica en la prueba en escalinata durante 2 minutos en adultos mayores.

**Metodología:** Se llevó a cabo un estudio de intervención en el que se reclutaron personas mayores de 60 años de ambos sexos. Durante 8 meses se realizaron 3 sesiones de 50 minutos por semana de revitalización geriátrica. En las valoraciones iniciales como finales se recogieron los valores obtenidos en la prueba en escalinata durante 2 minutos. Se procedió a realizar un análisis de los datos mediante IBM-SPSSv.26.

**Resultados:** 358 adultos mayores de 60 años (307 mujeres) de 76,31 ± 7,58 años, fueron incluidos en el estudio. La media de los percentiles previos a la intervención fue de 56,17 ± 23,08; mientras que la media de los percentiles posteriores a la intervención resultó ser de 78,5 17,27, lo que implica que tras la intervención se han obtenido resultados estadísticamente significativos (sig. < 0,001).

**Conclusiones:** Un programa de revitalización geriátrica es eficaz para mejorar los resultados en la prueba en escalinata en adultos mayores de 60 años.

**Relevancia para la profesión o la práctica clínica:** implementar programas de envejecimiento activo en adultos ancianos es necesario para mantener y mejorar la calidad de vida, prevenir y manejar condiciones crónicas, promover la función física y mental, prevenir caídas y lesiones, y promover la autonomía y la independencia en la población mayor no institucionalizada proactiva.

**Palabras clave:** Envejecimiento. Ejercicio. Evaluación geriátrica.

**Keywords:** Aging. Exercise. Geriatric Assessment.  
[https://doi.org/10.1016/S0211-5638\(24\)60100-8](https://doi.org/10.1016/S0211-5638(24)60100-8)

## P-41. LA EDUCACIÓN EN SALUD COMO PROPUESTA DE AFRONTAMIENTO DEL DOLOR CRÓNICO EN MAYORES

### HEALTH EDUCATION AS A PROPOSAL FOR COPING WITH CHRONIC PAIN IN THE ELDERLY

E. Gallego Montero, MA. Cardero Durán y C. Fernández Morales

Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, Badajoz.

**Introducción:** El dolor crónico es una de las enfermedades con mayor prevalencia y segunda causa más común de discapacidad en la población general, estando relacionado con la disminución del nivel de movilidad durante el envejecimiento. A su vez la inactividad física y el comportamiento sedentario son factores adicionales a las condiciones de dolor crónico. El ejercicio físico terapéutico supervisado y los programas de educación basados en la neurociencia del dolor suponen estrategias que permiten reducir las creencias erróneas del paciente acerca del dolor, su tratamiento y desarrollar la alfabetización en salud.

**Objetivos:** Realizar una caracterización sobre distintas variables relacionadas con el dolor crónico en mayores institucionalizados, así como poder evaluar la satisfacción de los mayores en la participación de un programa de educación para la salud sobre afrontamiento activo en el dolor crónico.

**Metodología:** Estudio observacional transversal realizado en un centro sociosanitario de Badajoz, con una muestra de 18 mayores. Se establecieron tres sesiones grupales de educación en salud de 45-60 minutos, una vez por semana, durante tres semanas consecutivas. Las variables sometidas a estudio fueron: escala EVA, escala TAMPA de kinesifobia, escala PCS de catastrofismo, escala CSI de sensibilización central y cuestionario FAB de creencias erróneas.

**Resultados:** Hubo un alto nivel de satisfacción con respecto al programa de educación en salud y se observó que el dolor crónico en mayores institucionalizados lleva asociado de manera significativa características de catastrofismo y sensibilización central. Existe una correlación significativa (p < 0,05) en la mayoría de las variables estudiadas.

**Conclusiones:** Los programas de educación en salud resultan una forma de tratamiento satisfactoria para el paciente. Los mayores institucionalizados con dolor crónico muestran características de catastrofismo y sensibilización central.

**Relevancia para la profesión o la práctica clínica:** La educación en salud como estrategia para abordar y afrontar el dolor.

**Palabras clave:** Dolor crónico. Mayores. Educación en salud.

**Keywords:** Chronic Pain. Aged. Health Education.

[https://doi.org/10.1016/S0211-5638\(24\)60101-X](https://doi.org/10.1016/S0211-5638(24)60101-X)

## Fisioterapia en Neurología

## P-42. EFICACIA DE DIFERENTES MODALIDADES DE EJERCICIO EN LA MIGRAÑA: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA CON METANÁLISIS EN RED

### EFFICACY OF DIFFERENT EXERCISE INTERVENTIONS IN MIGRAINE: A SYSTEMATIC REVIEW AND NETWORK META-ANALYSIS

Á. Reina Varona<sup>1</sup>, J. Fierro Marrero<sup>1</sup>, A. Paris Alemany<sup>2</sup> y R. La Touche<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Centro Superior de Estudios Universitarios La Salle, Madrid.

<sup>2</sup>Universidad Complutense, Madrid.

**Introducción:** Diversas modalidades de ejercicio, como el aeróbico y el yoga, han mostrado eficacia en el tratamiento de la migraña. Sin embargo, se desconoce qué modalidades son las más eficaces en base a la evidencia actual.

**Objetivos:** Analizar la eficacia de diferentes modalidades de ejercicio sobre la sintomatología y discapacidad de la migraña.

**Metodología:** Se realizó una búsqueda sistemática de ensayos sobre ejercicio en pacientes con migraña en PubMed, PEDro, Web of Science y Google Scholar. El riesgo de sesgo se evaluó con la ROB 2,0 y la calidad de la evidencia con la GRADE. Se desarrollaron cuatro metanálisis en red de efectos aleatorios sobre la frecuencia, intensidad, duración y discapacidad, mediante diferencia de medias estandarizada (DME) e intervalos de confianza (IC95%).

**Resultados:** Se incluyeron 28 estudios con un alto riesgo de sesgo. El yoga (DME = -1,30; IC95% = -2,09, -0,51), el ejercicio aeróbico de

alta intensidad (EAAI) (DME = -1,30; IC95% = -2,21, -0,39) y el ejercicio aeróbico continuo de moderada intensidad (EAMI) (DME = -1,01; IC95% = -1,63, -0,39) fueron superiores al control farmacológico en la reducción de la frecuencia de migraña. Del mismo modo, el EAAI (DME = -1,54; IC95% = -3,03, -0,06), el yoga (DME = -1,40; IC95% = -2,41, -0,39) y el EAMI (DME = -1,08; IC95% = -2,06, -0,10) redujeron la intensidad frente al control. Respecto a la duración, el EAAI (DME = -1,64; IC95% = -2,43, -0,85) y el EAMI (DME = -0,96; IC95% = -1,50, -0,41) fueron superiores al control. Finalmente, solo el EAMI (DME = -4,37; IC95% = -8,14, -0,6) redujo significativamente la discapacidad. Ninguno de los metanálisis presentó una inconsistencia significativa.

**Conclusiones:** Solamente el EAAI, el EAMI y el yoga fueron superiores al control para el tratamiento de la migraña con una calidad de la evidencia muy baja.

**Relevancia para la profesión o la práctica clínica:** La eficacia del EAAI debe interpretarse con precaución debido al bajo número de estudios, el alto riesgo de sesgo y posibles efectos adversos. El yoga y el EAMI son intervenciones seguras que pueden contribuir, combinado con el tratamiento farmacológico, a disminuir los síntomas y discapacidad de los pacientes con migraña.

**Palabras clave:** Trastorno de migraña. Cefalea. Ejercicio. Evaluación de la discapacidad.

**Keywords:** *Migraine Disorders. Headache. Exercise. Disability Evaluation.*

[https://doi.org/10.1016/S0211-5638\(24\)60102-1](https://doi.org/10.1016/S0211-5638(24)60102-1)

#### P-43. TERAPIA SUBACUÁTICA COMO MÉTODO DE REHABILITACIÓN EN PACIENTES CON PATOLOGÍA NEUROLÓGICA CRÓNICA Y NEURODEGENERATIVA

##### *UNDERWATER THERAPY AS A METHOD OF REHABILITATION IN PATIENTS WITH CHRONIC AND NEURODEGENERATIVE NEUROLOGICAL PATHOLOGY*

A.M. Insausti Serrano<sup>1</sup> y L. Castro Martínez<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universidad Pública de Navarra, Pamplona. <sup>2</sup>TAGA Médica & Scientifique, Marsella.

**Introducción:** Las patologías neurológicas en fase aguda suelen tener periodos de rehabilitación limitados en el tiempo hasta llegar a una fase de cronicidad. Pasado este periodo, el abordaje rehabilitador es restringido y los pacientes, en muchos casos, no se sienten motivados ante el escaso resultado positivo y la creencia de ausencia de mejoría.

**Objetivos:** Son bien conocidos y demostrados los efectos beneficiosos de la terapia acuática. Combinando las propiedades físicas del agua y la metodología utilizada en buceo adaptado se propone una hipótesis donde la terapia subacuática, como especialidad terapéutica en pacientes con patología neurológica crónica o neurodegenerativa, puede suponer un abordaje terapéutico novedoso trabajando desde un enfoque diferente a la terapia acuática convencional.

**Metodología:** Se realiza seguimiento de 14 pacientes durante 3 meses con patología neurológica en fase crónica. Los pacientes realizaron una inmersión en una piscina climatizada de 2 metros de profundidad acompañados de dos fisioterapeutas y un instructor de buceo. Equipados con máscara facial conectada a una botella de aire que garantizaba la respiración de manera fluida. Se trabajó una primera fase de confianza con pacientes para normalizar la respiración y realizar ejercicios debajo del agua. Se tomaron constantes: frecuencia cardíaca, saturación de oxígeno y tensión arterial al inicio y fin de cada sesión. Se midió con dinamometría la fuerza muscular de miembros superiores e inferiores.

**Resultados:** Como resultado, la frecuencia cardíaca disminuyó en 10 pacientes mientras que la saturación y tensión arterial sistólica aumentó en todos los casos.

**Conclusiones:** Hubo ganancia importante de fuerza muscular a nivel de glúteo mayor, cuádriceps, isquiotibiales y bíceps braquial.

**Relevancia para la profesión o la práctica clínica:** La terapia subacuática es una metodología innovadora que utiliza los medios del buceo adaptado permitiendo un trabajo neuromuscular más completo y logrando grandes beneficios terapéuticos y fidelización de pacientes.

**Palabras clave:** Terapia acuática. Fisioterapia.

**Keywords:** *Underwater exercise Therapy. Physical Therapy Modalities.*

[https://doi.org/10.1016/S0211-5638\(24\)60103-3](https://doi.org/10.1016/S0211-5638(24)60103-3)

#### P-44. EFICACIA DEL ENTRENAMIENTO BASADO EN PERTURBACIONES EN EL TRATAMIENTO REHABILITADOR DE PACIENTES CON ICTUS

##### *EFFECTIVENESS OF PERTURBATION-BASED TRAINING IN REHABILITATION TREATMENT OF PATIENTS WITH STROKE*

A. Satrustegi Elberdin,

Servicio de Neurorrehabilitación, Matia Fundazioa, Donostia-San Sebastián.

**Introducción:** Determinar la eficacia del tratamiento basado en perturbaciones (PBT) en pacientes con ictus.

**Objetivos:** Evaluar el efecto del entrenamiento basado en perturbaciones (PBT) en la funcionalidad de la marcha tras un ictus, su influencia en el control del equilibrio y en la calidad de vida.

**Metodología:** Se ha evaluado una muestra de 35 pacientes diagnosticados de ictus en fase subaguda que han realizado PBT mediante el sistema Balance Tutor. Debían mantener control de tronco en bipedestación. Se han medido las escalas de Berg, de independencia funcional (FIM) y calidad de vida en ictus (ECVI-38) antes y después del tratamiento mediante análisis estadístico SPSS. Se ha comparado la velocidad, el número de pasos y la longitud de los mismos, pre y postratamiento en el test de marcha de 10 metros mediante el test t de Student.

**Resultados:** 35 pacientes han realizado el tratamiento, de los cuales 27 lo han concluido sin incidencias (79,4%). La media de edad ha sido 70 años; 51% varones y 49% mujeres; 74,3% isquémicos y 25,7% hemorrágicos. Se ha objetivado una mejoría post tratamiento en los valores de las escalas analizadas así como en los aspectos evaluados en el test de marcha de 10 metros observando, en estos últimos, una diferencia estadísticamente significativa ( $p < 0,001$ ).

**Conclusiones:** PBT puede ayudar a mejorar la funcionalidad de la marcha independiente después de un ictus, teniendo influencia positiva en el equilibrio y en la calidad de vida percibida por los pacientes.

**Relevancia para la profesión o la práctica clínica:** Un alto porcentaje de la muestra de los pacientes ha mejorado en los valores analizados por lo que nos parece un tratamiento aplicable a la población general.

**Palabras clave:** Ictus. Rehabilitación. Entrenamiento.

**Keywords:** *Stroke. Rehabilitation. Training.*

[https://doi.org/10.1016/S0211-5638\(24\)60104-5](https://doi.org/10.1016/S0211-5638(24)60104-5)

#### P-45. EFECTIVIDAD DE ESTIMULACIÓN ELÉCTRICA TRANSCRANEAL Y NEURORREHABILITACIÓN EN ATAXIA CEREBELOSA GENÉTICA

##### *EFFECTIVENESS OF THERAPY TRANSCRANIAL ELECTRICAL STIMULATION AND NEUROREHABILITATION IN CEREBELLAR ATAXIA OF GENETIC ORIGIN*

I. Alén Piñuel, M. Mogollón Toribio, A. Masa Rivera y E. González Moreno

*EmeritaNeuro, Mérida.*

**Introducción:** Las ataxias espinocerebelosas (SCA) constituyen el subtipo más común de ataxia cerebelosa autosómica dominante tipo 1, donde el tratamiento farmacológico no brinda opciones fuertes para retrasar o detener su progreso; por ello las terapias no