

Introducción: La ganancia de peso asociada a la medicación anti-psicótica, empleada para el tratamiento de los trastornos psicóticos y la esquizofrenia, está reconocida como un efecto secundario muy frecuente que ocurre principalmente durante los primeros meses tras el inicio del tratamiento antipsicótico. Igualmente, los pacientes con esquizofrenia tienen 1,5-2 veces más riesgo de presentar obesidad que la población general y las probabilidades de desarrollar problemas físicos como hipertensión, diabetes, síndrome metabólico y enfermedad coronaria son también mayores. En comparación con la población general, las personas con esquizofrenia tienen una esperanza de vida reducida de hasta 25 años, siendo la enfermedad cardiovascular la principal causa de muerte prematura. Los primeros meses de tratamiento constituyen un periodo crítico para la implementación de estrategias que podrían prevenir o atenuar este efecto secundario de la medicación, así como las consecuencias adversas derivadas del aumento de peso.

Objetivos: Evaluar el cumplimiento de las recomendaciones de actividad física (AF) en una muestra de pacientes con un primer episodio psicótico. Determinar el impacto de la AF en el perfil antropométrico, clínico y cognitivo a los tres meses de seguimiento.

Metodología: Los participantes reclutados en este estudio se obtuvieron de una muestra de 155 pacientes ambulatorios que fueron incluidos en el Programa Clínico de Intervención Temprana de Psicosis de Cantabria, desde el 1 de enero de 2020 hasta el 31 de diciembre de 2022. El reclutamiento y el seguimiento de los participantes se llevaron a cabo en el Hospital Universitario Marqués de Valdecilla. Se dividió la muestra en dos grupos: Pacientes que cumplían con las recomendaciones de AF de la Organización Mundial de la Salud (150 min/semana de actividad física moderada o 75 min/semana de actividad vigorosa) y pacientes que no las cumplían.

Resultados: Solo el 34% de los pacientes con un primer episodio psicótico cumplen con la AF recomendada, frente al 70% de la población general. Al inicio del tratamiento antipsicótico, los pacientes que realizan AF, presentan diferencias estadísticamente significativas en las escalas que evalúan la depresión (Calgary), la manía (YMRS) y los síntomas de la enfermedad (PANSS). A nivel cognitivo, existen diferencias significativas en la velocidad de procesamiento, memoria verbal, memoria visual y fluidez verbal a los 3 meses de seguimiento.

Conclusiones: Existe la necesidad de instaurar programas de ejercicio físico en pacientes con un primer episodio psicótico que disminuyan las barreras para su práctica regular, reduzcan las altas tasas de abandono y mejoren su adherencia.

Relevancia para la profesión o la práctica clínica: Este proyecto demuestra la necesidad de implementar intervenciones para promover la actividad física en pacientes con un primer episodio psicótico, así como para prevenir a corto, medio y largo plazo los síntomas asociados a esta patología.

Palabras clave: Psicosis. Actividad física. Ejercicio físico.

Keywords: Psychosis. Physical Activity. Exercise.

[https://doi.org/10.1016/S0211-5638\(24\)60139-2](https://doi.org/10.1016/S0211-5638(24)60139-2)

P-80. EFECTIVIDAD DEL EJERCICIO TERAPÉUTICO PARA ANSIEDAD Y DEPRESIÓN. REVISIÓN SISTEMÁTICA

EFFECTIVENESS OF THERAPEUTIC EXERCISE FOR ANXIETY AND DEPRESSION. SYSTEMATIC REVIEW

C.M. Sánchez Torrelo, R. Alonso Royo, I. Romero García y E. Fernández López.

Centro Universitario San Isidoro, Sevilla.

Introducción: La ansiedad y la depresión es un problema prevalente en nuestra sociedad el cual el ejercicio terapéutico puede ser una buena solución dentro de las terapias propias de la fisioterapia.

Objetivos: El objetivo del presente estudio de revisión bibliográfica es conocer evidencia sobre el ejercicio terapéutico en la ansiedad o depresión.

Metodología: La metodología empleada es de revisión bibliográfica de los últimos 5 años, se ha buscado en las bases de datos PubMed, PEDro y Cochrane con las palabras clave fisioterapia, entrenamiento de resistencia, ansiedad, depresión, salud mental. Se han seleccionado artículos que cumplen los criterios de inclusión y exclusión y se han revisado sus contenidos.

Resultados: Como resultados un 45% de los artículos eran revisiones sistemáticas y un 55% ensayos clínicos. Todos los artículos evidencian que el entrenamiento de resistencia mejora los síntomas de ansiedad y depresión tanto en adultos jóvenes, como en adultos mayores, tanto si son pacientes afectados de cáncer, diabetes tipo 1 pediátrica, enfermedades reumáticas, demencia, alzhéimer leve y sarcopenia, sin embargo hay estudios que no han hallado resultados positivos sobre el embarazo y personas mayores que en los mismos artículos evidenciaron baja adherencia al tratamiento.

Conclusiones: Como conclusión el ejercicio de entrenamiento de resistencia ha sido efectivo para tratar la ansiedad y depresión en todas las edades y enfermedades estudiadas.

Relevancia para la profesión o la práctica clínica: La relevancia del presente estudio radica en evidenciar que la ansiedad y la depresión pueden ser tratados por la fisioterapia mediante actividad física, en general mediante ejercicio terapéutico y en concreto si es guiado por fisioterapeutas.

Palabras clave: Efectividad. Ejercicio terapéutico. Ansiedad. Depresión.

Keywords: Effectiveness. Therapeutic Exercise. Anxiety. Depression.
[https://doi.org/10.1016/S0211-5638\(24\)60140-9](https://doi.org/10.1016/S0211-5638(24)60140-9)

Terapias Manuales

P-81. DOLOR INGUINAL MECÁNICO EN VENDIMIADORES: DIAGNÓSTICO DE FISIOTERAPIA Y PROPUESTA TERAPÉUTICA

MECHANICAL GROIN PAIN IN GRAPE PICKERS: PHYSIOTHERAPY DIAGNOSIS AND PROPOSED THERAPEUTIC INDICATION

J.F. García Vázquez¹ y A. Acosta Gallego²

¹Fremap, Mutua Colaboradora con la Seguridad Social nº 61, Zafra. ²Centro Universitario FISIDEC, Cabra.

Introducción: La realización de tareas agrícolas como la vendimia implica la adopción de determinadas posturas y movimientos con un elevado riesgo ergonómico. Esto puede provocar alteraciones en los patrones de activación muscular, generando fuerzas mecánicas excesivas sobre diferentes estructuras de la cadera que se traduce clínicamente en dolor inguinal y limitación de la movilidad.

Objetivos: Desarrollar una hipótesis diagnóstica que permita explicar el cuadro clínico desarrollado en este tipo de pacientes. Además se va a evaluar la eficacia de dos protocolos de tratamiento conservador, uno de los cuales será elaborado en base al diagnóstico de Fisioterapia propuesto.

Metodología: Se seleccionó una muestra de 24 pacientes (n = 24), todos ellos agricultores que cumplían los criterios de inclusión para el estudio. Una vez diagnosticados, fueron asignados de forma aleatoria a 2 grupos en función del tratamiento que recibieron: A y B. Todos los pacientes incluidos en el estudio recibieron el mismo tratamiento de Fisioterapia durante 4 semanas por parte de un único fisioterapeuta, pero los pacientes del grupo A fueron tratados además con una técnica de movilización con movimiento (MCM) de cadera para abordar de manera específica las posibles alteraciones del movimiento. Para valorar la eficacia del tratamiento en ambos grupos se eligieron las variables: dolor medido con Escala Visual Analógica (EVA), movilidad activa de cadera (AROM) en rotación interna y distancia en el test dedos-suelo.

Resultados: El diagnóstico propuesto para los sujetos de la muestra fue “síndrome de deslizamiento femoral anterior” (S DFA). Se trata de un síndrome que aparece como consecuencia de un deslizamiento posterior inadecuado de la cabeza femoral durante la flexión de cadera. Se realizó un análisis descriptivo y gráfico de las principales variables objeto de estudio. A continuación, se evaluó la eficacia del tratamiento en cada uno de los grupos. El análisis de los resultados mostró que a pesar de que los pacientes de ambos grupos mejoraron clínicamente, la diferencia entre ellos resultó ser estadísticamente significativa ($p < 0,05$) con mejores resultados para los pacientes del grupo A en cuanto a la disminución del dolor y la recuperación del AROM de cadera en rotación interna. El análisis estadístico de los datos se llevó a cabo utilizando el software IBM SPSS versión 24.0. Todos los test estadísticos se aplicaron con un nivel de confianza del 95%.

Conclusiones: La aplicación de un protocolo de tratamiento específico en los pacientes de nuestro estudio, con la inclusión de la técnica MCM de cadera para el abordaje del S DFA diagnosticado, ha resultado ser más eficaz que un tratamiento de Fisioterapia convencional en cuanto a la disminución del dolor y la recuperación del AROM de cadera en rotación interna.

Relevancia para la profesión o la práctica clínica: El diagnóstico de Fisioterapia permite establecer un marco teórico adecuado para llevar a cabo un abordaje terapéutico más eficaz de pacientes con patologías musculoesqueléticas derivadas del trabajo, con excelentes resultados clínico.

Palabras clave: Lesiones de la cadera. Agricultura. Diagnóstico clínico. Fisioterapia. Manipulaciones musculoesqueléticas.

Keywords: Hip Injuries. Agriculture. Clinical Diagnosis. Physical Therapy. Musculoskeletal Manipulations.

[https://doi.org/10.1016/S0211-5638\(24\)60141-0](https://doi.org/10.1016/S0211-5638(24)60141-0)

P-82. EFECTOS DE LA TRACCIÓN LATERAL DE CADERA EN PACIENTES CON DOLOR INGUINAL RELACIONADO CON LA CADERA. ENSAYO CLÍNICO PILOTO

EFFECTS OF HIP LATERAL TRACTION IN HIP-RELATED GROIN PAIN. A PILOT TRIAL

L. Ceballos Laita¹, S. Lahuerta Martín¹, S. Jiménez del Barrio¹, A. Carrasco Uribarren², S. Cabanillas Barea², S. Pérez Guillén², H. Hernández Lázaro² y R. Robles Pérez²

¹Universidad de Valladolid, Soria. ²Universidad Internacional de Cataluña, Barcelona.

Introducción: Los pacientes con dolor inguinal relacionado con la cadera (comúnmente denominado pubalgia) presentan dolor, disminución del rango de movimiento (ROM) de la cadera especialmente de la rotación interna y limitaciones en la práctica deportiva. La disminución de la rotación interna se ha mostrado como un factor de riesgo que produce un aumento del estrés en la sínfisis pública. Las técnicas de tracción lateral podrían mejorar el ROM (3). y por consiguiente el resto de los síntomas característicos de estos pacientes.

Objetivos: Evaluar los efectos de la tracción lateral de cadera en el dolor, el ROM y la fuerza en pacientes con dolor inguinal relacionado con la cadera.

Metodología: Se diseñó un ensayo clínico piloto. Doce pacientes fueron aleatorizados al grupo de tracción lateral real ($n = 6$) o placebo ($n = 6$). Ambos grupos recibieron 4 sesiones de 10 minutos durante 2 semanas. El dolor se evaluó mediante una escala visual analógica, el ROM mediante inclinometría y la fuerza máxima asintomática mediante el squeeze test con un esfigmomanómetro.

Resultados: Se utilizó una fuerza de tracción de 270-310 N en el grupo real y de menos de 40 N en el grupo placebo. Se encontró una mejora estadísticamente significativa en el dolor, el ROM de flexión y rotación interna y en la fuerza en el grupo real en comparación con el grupo placebo ($p < 0,05$).

Conclusiones: La tracción lateral de cadera a 270-310 N produjo mejoras en el dolor, el ROM de rotación interna y flexión y la fuerza

máxima asintomática en pacientes con dolor inguinal relacionado con la cadera.

Relevancia para la profesión o la práctica clínica: las técnicas manuales enfocadas a la mejora del ROM parecen tener efecto también en el dolor y la fuerza. Su implementación dentro de protocolos de intervención para pacientes con dolor inguinal relacionado con la cadera podría favorecer una vuelta al deporte más rápida.

Palabras clave: Ingle. Tracción. Manipulaciones musculoesqueléticas. Dolor musculoesquelético. Rango de movimiento articular.

Keywords: Groin. Traction. Musculoskeletal Manipulations. Musculoskeletal Pain. Joint Range of Motion.

[https://doi.org/10.1016/S0211-5638\(24\)60142-2](https://doi.org/10.1016/S0211-5638(24)60142-2)

P-83. VALORACIÓN DE LA EFECTIVIDAD DEL EJERCICIO TERAPÉUTICO EN SECO VERSUS AGUA EN PATOLOGÍA DEL MANGUITO DE LOS ROTADORES

EVALUATION OF THE EFFECTIVENESS OF DRY VERSUS WATER THERAPEUTIC EXERCISE IN ROTATOR CUFF INJURIES

E. Aparicio Sánchez¹, J.C. de la Torre Montero², C. Lázaro Fernández¹, N. Pérez Mallada², R. Blanco Méndez² y J. Izquierdo García¹

¹Hospital Universitario Doce de Octubre, Madrid. ²Escuela de Enfermería y Fisioterapia San Juan de Dios, Madrid.

Introducción: La lesión del manguito de los rotadores es una patología que ocupa un elevado porcentaje de sesiones de tratamiento en la práctica clínica diaria en Fisioterapia. El tratamiento de esta patología incluye diferentes terapias físicas, entre ellas está el ejercicio terapéutico en seco y/o piscina.

Objetivos: El objetivo general de este estudio es valorar la efectividad del ejercicio terapéutico y valorar si existen diferencias entre realizar los ejercicios en sala versus los ejercicios en piscina en tendinopatía del hombro.

Metodología: Se ha realizado un estudio analítico de cohortes basado en la práctica clínica habitual, de carácter longitudinal y asignación a los grupos según criterio médico, con informe favorable de la comisión de investigación del hospital. La muestra final ha sido de 10 sujetos (13 reclutados), divididos en el grupo de sala (6) y grupo de piscina (4). Realizan una media de 12 sesiones de idénticos ejercicios, durante una media de 6 semanas. Las variables a medir han sido la fuerza isométrica de los rotadores del hombro con el dinamómetro Biodex System 4PRO, midiéndose en newtons la rotación externa (RE), rotación interna (RI), ratio rotación externa/interna, déficit de rotación externa/interna y coeficiente de variabilidad (CV). Se midió además la intensidad del dolor mediante la escala visual analógica, el rango de movimiento mediante goniometría tradicional y la capacidad funcional del hombro mediante la escala ASES-p.

Resultados: En el análisis de muestras emparejadas, se encuentran diferencias significativas en la fuerza en RE pre = 15,35 (5,35) vs post = 18,04 (6,54); el déficit de RE (pre = 27 (26,18) vs post = 0,11 (18,20); la funcionalidad (pre = 55,09 (11,83) vs post = 69,26 (13,67), el CV de RE pre = 11,72 (4,54) vs post = 7,37 (3,76) y CV de RI pre = 7,56 (3,09) vs post = 5,07 (2,42). En el test de muestras independientes, en ninguna de las variables a estudio se encuentran diferencias significativas.

Conclusiones: Al realizar el tratamiento ambos grupos mejoran la funcionalidad y la fuerza, concretamente en la RE del hombro, no encontrándose diferencias en otras variables como la movilidad o el dolor. No se han encontrado diferencias significativas al comparar los ejercicios en sala versus piscina, por lo que cualquiera de estas opciones terapéuticas es igualmente válido.

Relevancia para la profesión o la práctica clínica: Se confirma la efectividad del ejercicio terapéutico en la lesión del manguito rotador. Nuestros pacientes se beneficiarán con el tratamiento independientemente de los recursos con que cuenten (sala o piscina).