

# Mejora Cognitiva tras el Ejercicio Físico en Pacientes Post-Ictus: Una Revisión en Fisioterapia

García Roncero D., Poza Lucena E., Lucendo Ocaña E.,



## INTRODUCCION

El accidente cerebrovascular (ACV) es una emergencia cerebrovascular que interrumpe el flujo sanguíneo al cerebro, causando daño neuronal y diversas secuelas. Independientemente de su causa, el ACV puede tener un impacto significativo en la calidad de vida y la función cerebral, incluyendo problemas cognitivos como la memoria, atención, lenguaje y funciones ejecutivas. Por lo tanto, la rehabilitación es crucial para la recuperación post-ictus.

## OBJETIVOS

El propósito de este estudio es revisar la literatura científica existente sobre la relación entre el ejercicio físico y la mejora cognitiva en pacientes post-ictus, con un enfoque en la fisioterapia. También se pretende identificar los mecanismos subyacentes que podrían explicar los beneficios observados y proporcionar recomendaciones prácticas basadas en la evidencia actual.

## METODOLOGIA

Bases de datos: PubMed, ScienceDirect, Google Scholar.  
Términos clave: Ejercicio físico, mejora cognitiva, pacientes post-ictus, fisioterapia.  
Criterios: Estudios de los últimos 10 años en inglés o español, con alta calidad metodológica.

## CONCLUSION

La evidencia científica respalda la relación entre la actividad física, especialmente la fisioterapia, y la mejora cognitiva en pacientes post-ictus. Los estudios muestran que el ejercicio mejora diversas áreas cognitivas, como la velocidad de procesamiento, las funciones ejecutivas, la atención y la memoria. Estos efectos se explican por la mejora de la plasticidad cerebral, el aumento del flujo sanguíneo cerebral, la disminución de la inflamación y la estimulación de factores neurotróficos.

## Recomendaciones para la práctica clínica

- 1. Evaluación individualizada:** Programas personalizados.
- 2. Programas estructurados:** Ejercicios aeróbicos y de resistencia adecuados.
- 3. Monitoreo y ajuste:** Adaptación según el progreso.
- 4. Educación y motivación:** Informar sobre beneficios del ejercicio.
- 5. Colaboración interdisciplinaria:** Trabajo conjunto con otros profesionales.

## RESULTADOS

Estudio	Descripción Detallada de los Resultados
Maldonado-Hernández et al. (2019)	Este estudio realizó una revisión sistemática para evaluar los efectos del ejercicio físico en la función cognitiva de pacientes con daño cerebral adquirido. Se encontraron mejoras significativas en memoria, atención y funciones ejecutivas en aquellos que participaron en programas estructurados de ejercicio físico.
Carnero Pardo et al. (2017)	En este ensayo clínico aleatorizado, se investigó el impacto de un programa de ejercicio físico en la función cognitiva de pacientes post-ictus. Los resultados mostraron mejoras notables en velocidad de procesamiento cognitivo, memoria y atención en comparación con el grupo control.
Cerrillo-Urbina et al. (2015)	A través de un metaanálisis, este estudio examinó los efectos del ejercicio físico sobre la función cognitiva en personas mayores que habían sufrido un ictus. Se observó una asociación positiva entre el ejercicio físico regular y mejoras en diversas medidas cognitivas, incluyendo atención y funciones ejecutivas.
García-García et al. (2023)	Esta revisión exhaustiva consolidó la evidencia reciente sobre los efectos del ejercicio físico en la mejora cognitiva de pacientes post-ictus. Se destacó que el ejercicio físico no solo mejoró la velocidad de procesamiento cognitivo y la memoria, sino que también podría promover la neuroplasticidad cerebral, facilitando así la recuperación funcional.



BIBLIOGRAFIA

