

IMPACTO DEL EJERCICIO TERAPEUTICO EN PACIENTE CON CANCER DE PULMON (MEJORA CALIDAD DE VIDA)

Ortiz Navarro, María Rosa (enfermera). Ortiz Navarro, Luis (fisioterapeuta); Córdoba Castillo, María (matrona)



INTRODUCCION

Caso clínico de paciente de 87 años con carcinoma de pulmón estadio 4, sin alergias medicamentosas conocida y en tratamiento con quimioterapia, con antecedentes de HTA, DM2 y ACV. Al presentar síntomas de fatiga, disnea y limitación funcional debido al tratamiento, se decide realizar intervención multidisciplinar de enfermera comunitaria y fisioterapeuta previa valoración, con el objetivo de implementar terapia no invasiva del ejercicio terapéutico con ejercicios de expansión pulmonar, ejercicio físico, fortalecimiento muscular, ejercicios de relajación y asesoramiento, apoyo psicológico. La frecuencia de la intervención fue de 3 veces en semana en domicilio en sesiones de no más de 30 minutos.

OBJETIVOS

- Analizar el papel del ejercicio terapéutico en la mejora de las variables de la calidad de vida en cáncer de pulmón como la disnea y la fatiga.
 - Mejorar el dolor y el estado anímico.
 - Fortalecimiento muscular, ejercicio físico y de expansión pulmonar.
- Conservar y mejorar la funcionalidad del paciente.

METODO

Intervención fisioterapéutica (3 sesiones semanales).

- Claridad en la comunicación con el paciente y su familia.
- Ejercicio aeróbico y deambulación.
- Fortalecimiento muscular, estiramientos, ejercicios propioceptivos.
- Fisioterapia respiratoria: ejercicios para mejorar fuerza y resistencia de la musculatura respiratoria y ejercicios de reeducación de los movimientos respiratorios.
- Manejo del dolor mediante técnicas de relajación y respiraciones.
- Asesoramiento nutricional y apoyo psicológico.

RESULTADOS

Tras 3 sesiones semanales, pasadas unas semanas encontramos:

- Cambios beneficiosos en capacidad pulmonar y respiratoria.
- Mejora de la fatiga, confort, disnea y disminución de la ansiedad.
- Disminución del dolor y aumento de la calidad de vida aportado por las técnicas de relajación y respiratorias.
- Mantenimiento de la deambulación y movilidad.

CONCLUSIONES

- El ejercicio terapéutico parece lograr cambios significativos sobre la capacidad física del paciente y en la disminución del dolor y la fatiga.
- Intervenciones fisioterapéuticas realizadas como los ejercicios diafragmáticos, ejercicios de concienciación y educación respiratoria mejoransignificativamente la disnea del paciente.
- Es necesario seguir investigando sobre el papel que juega el ejercicio terapéutico en la capacidad pulmonar del paciente.

BIBLIOGRAFÍA

- Etheve, L. O., & Poyet, L. F. E. (2023). Beneficios del ejercicio terapéutico en personas con cáncer de pulmón. Revisión sistemática.
- Etheve, Lucie Ophélie, and Léa Françoise Emilie Poyet. "Beneficios del ejercicio terapéutico en personas con cáncer de pulmón. Revisión sistemática." (2023).