

TELERREHABILITACIÓN Y EPOC ¿AYUDA EN LA REDUCCIÓN DE LA DISNEA?

Sedano Martín Bárbara. Fisioterapeuta HURH
Aguado Gil Leticia. Fisioterapeuta Fundación SAMU

RESUMEN

La Enfermedad Obstructiva Crónica (EPOC) es una enfermedad crónica que requiere tratamiento continuado.

Dentro del tratamiento de esta patología se incluyen la reducción de los factores de riesgo, el tratamiento farmacológico y la rehabilitación respiratoria.

Tras la pandemia de Covid-19, la telerrehabilitación se ha convertido en una herramienta eficaz, segura y barata que permite la adhesión al tratamiento de estos pacientes.

OBJETIVO

El objetivo principal de este trabajo es determinar si los protocolos de telerrehabilitación en pacientes con EPOC son capaces de disminuir la disnea, mejorando la calidad de vida frente a los que no realizan ningún tratamiento.

MÉTODO

Se realiza una búsqueda sistemática en la base de datos Pubmed, con los Mesh “Chronic obstructive pulmonary disease”, “telerehabilitation”, “dyspnea”, “Home-based exercise therapy”, junto con el booleano AND (*Diagrama de flujo 1*).

Se eligen estudios de menos de 5 años, disponibles a texto completo, en francés, inglés o español. Se excluyen estudios realizados en animales y de un único caso, así como opiniones de expertos o textos de prensa.

RESULTADO

Se eligen un total de 5 revisiones sistemáticas que cumplen los criterios.

AUTOR Y AÑO DE PUBLICACIÓN	TIPO DE ESTUDIO	TAMAÑO DE LA MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
Bonnevie T et al, 2021	Revisión sistemática	15 ECAs, 1522 participantes	6 Minute Walk Test Chronic Respiratory Questionnaire-Dyspnea Chronic Respiratory Questionnaire (CRQ) SGRQ m-MRC	La telerrehabilitación mejora la capacidad funcional, la disnea y la calidad de vida respecto los pacientes que no realizan rehabilitación respiratoria.
Om J et al, 2022	Revisión sistemática y meta-análisis	8 ECAs, 758 pacientes	6MWT m-MRC CAT	La telerrehabilitación mejora la capacidad de marcha de los pacientes respecto la no intervención y mejora la disnea. Resultados similares comparados con la rehabilitación ambulatoria
Vinolo et al, 2022	Revisión sistemática	9 artículos, 586 participantes	m-MRC CAT 6MWT ISWT ESWT FPI-SF MFI HAD SGRQ CRQD Euro-QoL5	Dos estudios mostraron una diferencia significativa en medición del ESWT. Mejoría en el 6MWT, en algunos casos significativa y en otros no. Mejoría en los niveles de ansiedad y calidad de vida en los pacientes sometidos a telerrehabilitación
Lu Y et al, 2020	Revisión sistemática con meta-análisis	13 ECAs, 998 pacientes	6MWT m-MRC SGRQ FEV1 FEV1/FVC	Mejora significativa en los pacientes que realizaron telerrehabilitación en todas las variables estudiadas
Cox NS, 2021	Revisión sistemática con meta-análisis	15 estudios, 1904 pacientes	m-MRC CRQ-D CAT CCQ EQ-5D-5L 6MWT CRQ	No mejoras significativas en los valores de la disnea ni respecto a la no intervención ni respecto al tratamiento ambulatorio. Mejoras en calidad de vida cuando la intervención es más larga en el tiempo, mejora en los niveles de ansiedad. Menos hospitalizaciones

CONCLUSIONES

La rehabilitación respiratoria es el **tratamiento no farmacológico mas eficaz** en el manejo de la EPOC.

La **telerrehabilitación** puede imponerse como la **técnica de elección** en pacientes con patologías crónicas, **reduciendo costes** y **mejorando la adherencia al tratamiento**.

La **mejoría en la calidad de vida y la disnea** fue similar al tratamiento convencional, pero **muy superior a la no intervención**, a pesar de la heterogeneidad de los tamaños muestrales.

BIBLIOGRAFÍA

1. Tsutsui, M., Gerayeli, F., & Sin, D. D. (2021). Pulmonary Rehabilitation in a Post-COVID-19 World: Telerehabilitation as a New Standard in Patients with COPD. *International journal of chronic obstructive pulmonary disease*, 16, 379–391. <https://doi.org/10.2147/COPD.S263031>. Cox NS, Dal Corso S, Hansen H, McDonald CF, Hill CJ, Zanaboni P, Alison JA, O'Halloran P, Macdonald H, Holland AE. Telerehabilitation for chronic respiratory disease. *Cochrane Database of Systematic Reviews*; 2021, Issue 1. Art. No.: CD013040. DOI: 10.1002/14651858.CD013040.pub2. Accedida el 07 de julio de 2022.
2. Vinolo-Gil MJ, Herrera-Sánchez C, Martín-Vega FJ, Martín-Valero R, Gonzalez-Medina G, Pérez-Cabezas V. [Efficacy of tele-rehabilitation in patients with chronic obstructive pulmonary disease: a systematic review]. *An Sist Sanit Navar*; 2022 Jun 30;45(2):e0999. Spanish. doi: 10.23938/ASSN.0999. PMID: 35786702.
3. Hartman, M., Mináriková, J., Batalik, L., Pepera, G., Su, J. J., Formiga, M. F., Cahalin, L., & Dosbaba, F. (2023). Effects of Home-Based Training with Internet Telehealth Guidance in COPD Patients Entering Pulmonary Rehabilitation: A Systematic Review. *International journal of chronic obstructive pulmonary disease*, 18, 2305–2319. <https://doi.org/10.2147/COPD.S425218>
4. Rodríguez M.Á., Olmedillas H. Telerrehabilitación en adultos mayores con enfermedades crónicas: ¿un antes y un después tras la COVID-19?. *Fisioterapia*; 2022 Apr; 44 (2): 127-128.

INTRODUCCIÓN

La EPOC es la tercera causa de discapacidad mundial y la disnea uno de los síntomas más incapacitantes.

La rehabilitación respiratoria es una pieza clave en el tratamiento de esta enfermedad, permitiendo una mejora de la calidad de vida de los pacientes.

Al tener que realizar tratamientos continuados, es necesaria la adhesión a los tratamientos. Por ello, la telerrehabilitación puede ser una pieza clave en el tratamiento a este tipo de pacientes.

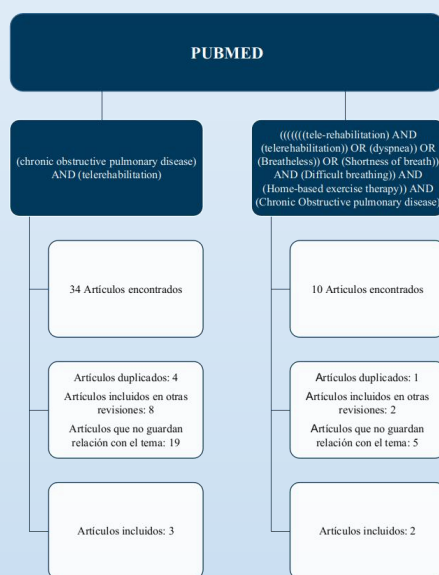


Diagrama de flujo 1