

ENTRENAMIENTO DE FUERZA EN PACIENTES CON ANGINA DE PECHO ESTABLE: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA.

Moreno García, Ana. Fisioterapeuta. Hospital Universitario Virgen del Rocío
Rubio García, Ismael. Fisioterapeuta. Complejo hospitalario de Navarra.
Granero Pérez, María. Fisioterapeuta. Hospital Universitario Virgen del Rocío.

Introducción.

La angina de pecho es un dolor/molestia por insuficiente aporte sanguíneo al músculo cardíaco. Es síntoma de la enfermedad arterial coronaria crónica (por oclusión parcial de los vasos).

La estable se produce por picos de mayor esfuerzo y es controlable.

Es recomendable la inclusión en un programa de rehabilitación cardíaca (PRC) de estos pacientes.

El fisioterapeuta desarrollará y evaluará un programa de ejercicios terapéuticos que tendrán como objetivo la mejora de la capacidad física, estado psicosocial y calidad de vida del paciente.

En este estudio se incidirá en los ejercicios de fuerza de dicho PRC.

Resultados.

Se obtuvieron 16 textos. Se excluyeron los textos que versaran exclusivamente sobre entrenamiento aeróbico, como caminar. Solo 2 estudios cumplieron criterios.

En el de Tasuku Terada se comparó el entrenamiento aeróbico aislado con la terapia combinada (incluyendo ejercicios de fuerza sin disminuir el trabajo de resistencia), concluyendo que este último tenía mejores resultados respecto a la resistencia cardiorrespiratoria.

En el de Huzmeli se estudió el efecto del entrenamiento de la musculatura inspiratoria, obteniéndose mejoras en la fuerza global y capacidad funcional, cuando el PRC se realizaba sometiendo la musculatura inspiratoria a mayor carga.

Bibliografía.

Tasuku Terada, Robert Pap, Abby Thomas, Roger Wei, Takumi Noda, Sarah Visintini, Jennifer L Reed. Effects of muscle strength training combined with aerobic training versus aerobic training alone on cardiovascular disease risk indicators in patients with coronary artery disease: a systematic review and meta-analysis of randomised clinical trials. Br J Sports Med. 2024 Aug 30: bjsports-2024-108530. doi: 10.1136/bjsports-2024-108530.

I Huzmeli, A Y Ozer, O Akkus, F Yalcin. The results of inspiratory muscle training on cardiac, respiratory, musculoskeletal, and psychological status in patients with stable angina: a randomized controlled trial. Disabil Rehabil. 2023 Dec;45(24):4074-4085. doi: 10.1080/09638288.2022.2146767. Epub 2022 Nov 16.

Material y métodos.

- En septiembre de 2024 se realizó una búsqueda bibliográfica en las bases de datos PUBmed y PEDro.
- Palabras clave: “angina”, “exercise” y “strength training”.
- Operador booleano: “and”.
- Criterios de inclusión:
 - Publicaciones de calidad (metaanálisis, revisiones bibliográficas o estudios controlados aleatorizados).
 - Del 2019-2024.

Conclusiones.

Dado a los escasos resultados encontrados, se puede deducir que el trabajo específico de fuerza dentro del PRC es beneficioso en estos pacientes.

Se hace muy necesaria la investigación con estudios de calidad y mayores muestras para poder extrapolar lo obtenido a la globalidad de estos pacientes cardíacos.

