

PRESENTAN UNA NUEVA VÁLVULA DE ENTRENAMIENTO QUE HA SIDO ELABORADA POR EL IMIM

## Los pacientes con EPOC ejercitan su función respiratoria mediante válvulas que permiten ajustar el entrenamiento

**J. L.** Las Palmas La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) es una de las que causan una mayor pérdida de calidad de vida en los pacientes al dificultarles la respiración y, por consiguiente, la realización de muchas de sus tareas cotidianas. Esta patología es, además, la cuarta causa de muerte a nivel mundial.

Sin embargo, un tratamiento que incluya la rehabilitación respiratoria ayuda considerablemente a paliar estas dificultades. De hecho, la rehabilitación respiratoria es esencial para mejorar la calidad de vida de los pacientes con EPOC.

Sobre el entrenamiento muscular respiratorio y su aplicación en la rehabilitación de los pacientes, no sólo de EPOC, sino también

**El entrenamiento se realiza tanto para los músculos inspiratorios como para los espiratorios, que son los que permiten, por ejemplo, toser**

del resto de enfermedades cardiorrespiratorias, ha hablado Ester Marco, del Servicio de Medicina Física y Rehabilitación del Hospital del Mar y la Esperanza, de Barcelona, en el XLVIII Congreso Nacional de la Sociedad Española de Rehabilitación y Medicina Física (Sermef), que se está celebrando en Las Palmas de Gran Canaria.

El entrenamiento al que se someten los pacientes permite mejorar la fuerza de

los músculos inspiratorios utilizando unas válvulas que ajustan la intensidad del tratamiento. "Si queremos mejorar la fuerza de, por ejemplo, el músculo bíceps, se debe entrenar con pesos cada vez mayores; estas válvulas de entrenamiento permiten aplicar el mismo principio a los músculos que hacen posible la respiración", ha explicado Marco. El entrenamiento se realiza tanto para los músculos inspiratorios, que son los más importantes, como para los espiratorios, que son los que permiten, por ejemplo, toser al paciente.

### Más fuerza y resistencia

La intervención sobre los músculos inspiratorios es la que ha demostrado ser más efectiva, sobre todo cuando se proporciona una determi-

nada intensidad. De hecho, el entrenamiento de estos músculos "aumenta significativamente la fuerza y la resistencia muscular, y se asocia con mejoras de la función inspiratoria como la fuerza, la capacidad general de ejercicio y la disnea".

A pesar de que todas las guías de práctica clínica recomiendan el uso de estos entrenamientos en los pacientes de enfermedades respiratorias crónicas, existe cierta controversia sobre su aplicación entre los propios médicos rehabilitadores, y cuentan tanto con defensores como con detractores.

Según la experta, el origen de esta polémica proviene de "la escasez de investigación en el entrenamiento como parte del tratamiento de las enfermedades cardiorrespiratorias, por lo que



Pulmón con EPOC.

muchos médicos han mantenido sus propias tradiciones clínicas y programas de entrenamiento".

Según Ester Marco, la causa de esta tardía extensión de la técnica entre los especialistas es que, "al no haber medicamentos de por medio, no hay ninguna empresa farmacéutica que invierta en la investigación en

**Existe cierta controversia sobre su aplicación entre los propios médicos rehabilitadores, y cuenta con defensores y con detractores**

este campo, lo que hace más complicado que surjan nuevas técnicas".

La especialista del Servicio de Medicina Física y Rehabilitación ha aprovechado el marco del congreso para presentar entre sus colegas una nueva válvula de entrenamiento diseñada por el grupo del Instituto Municipal de Investigación Médica (IMIM)-Hospital del Mar de Barcelona en el que trabaja.

Se trata de una válvula que permite titular la intensidad de carga utilizando cargas máximas (las que se utilizan ahora permiten cargas mínimas) y entrenar tanto la musculatura inspiratoria como la espiratoria.