



6052-601. BENEFICIOS DEL EJERCICIO EN PACIENTES CON FALLO CARDIACO CON Y SIN DISFUNCIÓN VENTRICULAR EN UN PROGRAMA DE REHABILITACIÓN CARDIACA

Jhonatan Betancourt Peña¹, Juan Carlos Ávila Valencia², Hugo Hurtado Gutiérrez³ y Vicente Benavides Córdoba³ de la ¹Institución Universitaria Escuela Nacional del Deporte, Universidad del Valle, Cardioprevent SAS, Cali (Colombia), ²Institución Universitaria Escuela Nacional del Deporte, Clínica de Occidente S.A., Cali (Colombia), e ³Institución Universitaria Escuela Nacional del Deporte, Universidad del Valle, Cali (Colombia).

Resumen

Introducción y objetivos: El fallo cardiaco es una enfermedad con una alta carga de morbilidad y mortalidad a nivel mundial, el diagnóstico y tratamiento pueden ser diferenciales; el ejercicio resulta ser una estrategia común para los pacientes. El objetivo de este estudio fue establecer los beneficios del ejercicio aeróbico en algunas variables fisiológicas y capacidad aeróbica en pacientes con fallo cardiaco con y sin disfunción ventricular.

Métodos: Estudio cuasiexperimental realizado de septiembre a diciembre de 2015 en pacientes con fallo cardiaco que asistieron a un programa de rehabilitación cardiaca (RC) en una clínica de Cali, Colombia. Mediante la aprobación del comité de ética los pacientes se vincularon al estudio por conveniencia y fueron clasificados en 2 grupos mediante ecocardiografía transtorácica: fracción de eyección del ventrículo izquierdo (FEVI) $\geq 40\%$ (fallo cardiaco sin disfunción ventricular) y FEVI $< 40\%$ (fallo cardiaco con disfunción ventricular). Las variables peso, índice de masa corporal, presión arterial sistólica/diastólica y capacidad aeróbica se midieron antes y después del programa de RC comprendido en tres sesiones/semana durante 12 semanas. Se realizó entrenamiento de fuerza por 20 minutos con peso entre 2 y 6 libras, la intensidad se trabajó entre el 50 y 70% de la frecuencia cardiaca máxima alcanzada durante la prueba de ejercicio o con la escala Borg modificada para pacientes con uso de bloqueadores beta. Se presentan las variables en media $\pm$ desviación estándar, se utilizaron pruebas t para establecer los cambios entre las variables y entre los grupos; se tuvo un valor de $p < 0,05$ como estadísticamente significativo.

Resultados: Once pacientes pertenecían al grupo FEVI $\geq 40\%$ y 12 al grupo FEVI $< 40\%$. La edad media para FEVI $\geq 40\%$ 58 años $\pm 12,4$ y 60,1 $\pm 9,8$, FEVI $< 40\%$. Al final hubo disminución de 13,7 mmHg $\pm 4,1$, $p = 0,007$ y 10,8 mmHg $\pm 3,4$, valor- $p = 0,008$ en la presión sistólica en reposo para el grupo FEVI $\geq 40\%$ y FEVI $< 40\%$ respectivamente. La capacidad aeróbica en el grupo FEVI $\geq 40\%$ incrementó 4,3 ml/kg/min $\pm 0,9$, $p = 0,001$, para el grupo FEVI $< 40\%$ incremento 3 ml/kg/min $\pm 0,5$, valor- $p = 0,000$. Al inicio y final no se presentaron diferencias entre los grupos.

Conclusiones: Los pacientes con fallo cardiaco presentan buena adherencia al ejercicio aeróbico, ambos grupos presentan mejorías estadísticamente significativas en la presión arterial sistólica y capacidad aeróbica al final del programa de RC.