



*El estudio se publica en la prestigiosa revista Neurology*

## **El entrenamiento de los músculos respiratorios se demuestra eficaz para evitar complicaciones respiratorias en personas que han padecido un ictus**

***La afectación de los músculos respiratorios después de un ictus es una de las complicaciones más habituales.***

***Con esta técnica se mejora la fuerza muscular respiratoria, se disminuye la incidencia de infecciones respiratorias, se reduce el riesgo de aspiración de líquidos y alimentos (broncoaspiración) y en consecuencia las neumonías por esta causa y el riesgo de mortalidad.***

***Hasta ahora el proceso de rehabilitación del ictus no integraba ningún entrenamiento respiratorio específico.***

***Barcelona, a 14 de julio de 2015.-*** Investigadores del Hospital del Mar y de la Esperanza han demostrado que un entrenamiento muscular inspiratorio y espiratorio de 3 semanas de duración en pacientes que acaban de sufrir un ictus es eficaz para reducir complicaciones respiratorias futuras. La afectación de los músculos respiratorios es una complicación habitual después de un ictus que junto con la alteración de la deglución conlleva un mayor riesgo de neumonías por aspiración, y por tanto, ingresos hospitalarios más largos y un mayor riesgo de mortalidad.

***“La rehabilitación después de un ictus incluye sesiones de terapia física, ocupacional y tratamiento del lenguaje y de los trastornos de la deglución, con el objetivo de facilitar sus actividades diarias, la movilidad y sus habilidades de comunicación, pero hasta ahora el proceso de rehabilitación no incluía ningún entrenamiento respiratorio específico”*** explica Ester Marco, médico del servicio de Rehabilitación del Hospital del Mar y de la Esperanza e investigadora del grupo de investigación en Rehabilitación del Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas (IMIM).

Para evaluar la eficacia, viabilidad y seguridad de incorporar este entrenamiento respiratorio al proceso rehabilitador, los investigadores analizaron su efecto en 54 pacientes que habían sufrido un ictus recientemente (menos de 2 semanas antes) comparativamente con un grupo control. Los pacientes realizaban un entrenamiento dual (inspiratorio y espiratorio) de alta intensidad, dos veces al día, 5 días a la semana, durante 3 semanas. Los resultados del estudio mostraron que la terapia respiratoria era **una opción bien tolerada por los pacientes, que mejoraba significativamente la**



fuerza muscular respiratoria y disminuía la incidencia de infecciones respiratorias a los 6 meses de seguimiento.

***"Incorporar como opción terapéutica en una rehabilitación orientada a mejorar la debilidad muscular respiratoria asociada al ictus mejora la eficacia de la tos y reduce el riesgo de aspiración, y por tanto, también de las neumonías por aspiración, así como el riesgo de infecciones respiratorias. Además, la determinación de la fuerza de los músculos respiratorios es una técnica simple, segura y económica que podría incorporarse a las unidades de Rehabilitación Neurológica en un futuro para ayudar a evaluar el riesgo de aspiración en pacientes con ictus"*** concluye la Dra. Marco.

El ictus es una de las enfermedades neurológicas más comunes. En Cataluña, más de 13.000 personas cada año sufren un ictus. Aunque en los últimos años se está observando un leve ascenso en la incidencia de esta patología por el envejecimiento de la población, se ha conseguido un descenso gradual de la mortalidad por ictus gracias al desarrollo de nuevas estrategias preventivas y terapéuticas de rehabilitación.

### **Expertos en investigación respiratoria**

---

La investigación en entrenamiento de los músculos respiratorios tiene una larga trayectoria en nuestra institución iniciada por los Drs. Joaquim Gea, Esther Barreiro y Mauricio Orozco del Servicio de Neumología, que culminó con el diseño y patente de un sistema de entrenamiento respiratorio novedoso que, a diferencia de los dispositivos de entrenamiento respiratorios disponibles, permitía la realización de un entrenamiento dual a alta intensidad. La estrecha colaboración entre el Servicio de Neumología y el de Rehabilitación ha permitido incorporar esta intervención, no sólo en pacientes con enfermedades respiratorias, sino también a otras patologías muy prevalentes como la insuficiencia cardíaca y, ahora, en el ictus.

***"La interacción entre diferentes grupos de investigación es fundamental investigación. Permite abordar las patologías desde diferentes perspectivas, y ensayar técnicas e intervenciones en un número mucho más amplio de potenciales beneficiarios. El intercambio de conocimientos y experiencias entre profesionales de diferentes campos conlleva la puesta en marcha de proyectos originales y novedosos. En este estudio, en particular, fisioterapeutas, enfermeras, neumólogos y rehabilitadores han tenido un papel primordial y no se hubiera podido realizar sin la participación de cada uno"*** explica Ester Marco.



### Artículo de referencia

---

*“Inspiratory and expiratory muscle training in subacute stroke. A randomized clinical trial”* Monique Messaggi-Sartor, Anna Guillen-Solà, Marina Depolo, Esther Duarte, Diego A. Rodríguez, Maria-Camelia Barrera, Esther Barreiro, Ferran Escalada, Mauricio Orozco-Levi, Ester Marco. **Neurology®2015;85:1–9**

### Más información

---

Verònica Domínguez (93 248 30 72) / Maribel Pérez (619885326). Servicio de Comunicación Hospital del Mar