



*L'estudi es publica a la prestigiosa revista Neurology*

## **L'entrenament dels músculs respiratoris es demostra eficaç per evitar complicacions respiratòries en persones que han patit un ictus**

*L'afectació dels músculs respiratoris després d'un ictus és una de les complicacions més habituals.*

*Amb aquesta tècnica es millora la força muscular respiratòria, es disminueix la incidència d'infeccions respiratòries, es redueix el risc d'aspiració de líquids i aliments (broncoaspiració) i en conseqüència les pneumònies per aquesta causa i el risc de mortalitat.*

*Fins ara el procés de rehabilitació de l'ictus no integrava cap entrenament respiratori específic.*

**Barcelona, a 14 de juliol de 2015.-** Investigadors de l'Hospital del Mar i de l'Esperança han demostrat que un entrenament muscular inspiratori i expiratori de 3 setmanes de durada en pacients que acaben de patir un ictus és eficaç per reduir complicacions respiratòries futures. L'afectació dels músculs respiratoris és una complicació habitual després d'un ictus que, juntament amb l'alteració de la deglució, comporta un major risc de pneumònies per aspiració, i per tant, ingressos hospitalaris més llargs i un risc més elevat de mortalitat.

**La rehabilitació després d'un ictus inclou sessions de teràpia física, ocupacional i tractament del llenguatge i dels trastorns de la deglució, amb l'objectiu de facilitar les seves activitats diàries, la mobilitat i les seves habilitats de comunicació, però fins ara el procés de rehabilitació no incloïa cap entrenament respiratori específic**", explica Ester Marco, metge del servei de Rehabilitació de l'Hospital del Mar i de l'Esperança i investigadora del grup de recerca en Rehabilitació de l'Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques (IMIM).

Per avaluar l'eficàcia, viabilitat i seguretat d'incorporar aquest entrenament respiratori al procés rehabilitador, els investigadors van analitzar el seu efecte en 54 pacients que havien patit un ictus recentment (menys de 2 setmanes abans) comparativament amb un grup control. Els pacients realitzaven un entrenament dual (inspiratori i expiratori) d'alta intensitat, dues vegades al dia, 5 dies a la setmana, durant 3 setmanes. Els resultats de l'estudi van mostrar que la teràpia respiratòria era **una opció ben tolerada pels pacients, que millorava significativament la força muscular respiratòria i disminuïa la incidència** d'infeccions respiratòries als 6 mesos de seguiment.



***“Incorporar com a opció terapèutica una rehabilitació orientada a millorar la debilitat muscular respiratòria associada a l’ictus millora l’eficàcia de la tos i redueix el risc d’aspiració, i per tant, també de les pneumònies per aspiració, així com el risc d’infeccions respiratòries. A més, la determinació de la força dels músculs respiratoris és una tècnica simple, segura i econòmica que podria incorporar-se a les unitats de Rehabilitació Neurològica en un futur per ajudar a avaluar el risc d’aspiració en pacients amb ictus”***, conclou la Dra. Marco.

L’ictus és una de les malalties neurològiques més comunes. A Catalunya, més de 13.000 persones cada any pateixen un ictus. Tot i que en els darrers anys s’està observant un lleu ascens en la incidència d’aquesta patologia per l’envelliment de la població, s’ha aconseguit un descens gradual de la mortalitat per ictus gràcies al desenvolupament de noves estratègies preventives i terapèutiques de rehabilitació.

### **Experts en recerca respiratòria**

---

La investigació en entrenament dels músculs respiratoris té una llarga trajectòria a la nostra institució iniciada pels Drs. Joaquim Gea, Esther Barreiro i Mauricio Orozco del Servei de Pneumologia, que va culminar amb el disseny i patent d’un sistema d’entrenament respiratori novedós que, a diferència dels dispositius d’entrenament respiratoris disponibles, permetia la realització d’un entrenament dual a alta intensitat. L’estreta col·laboració entre el Servei de Pneumologia i el de Rehabilitació ha permès incorporar aquesta intervenció, no només a pacients amb malalties respiratòries, sinó també a d’altres patologies molt prevalents com la insuficiència cardíaca i, ara, en l’ictus.

***“La interacció entre diferents grups de recerca és fonamental en investigació. Permet abordar les patologies des de diferents perspectives, i assajar tècniques i intervencions en un número molt més ampli de potencials beneficiaris. L’intercanvi de coneixements i experiències entre professionals de diferents camps comporta la posta en marxa de projectes originals i novedosos. En aquest estudi, en particular, fisioterapeutes, infermeres, pneumòlegs i rehabilitadors, han tingut un paper primordial i no s’hagués pogut realitzar sense la participació de cadascun”***, explica Ester Marco.



### Article de referència

---

*“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

### Més informació

---

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