

EFECTIVIDAD DE LOS EJERCICIOS RESPIRATORIOS EN PACIENTES POST COVID-19

Díaz Ramírez, Laura Narmi¹.
Fernández Martínez, Sergio Carlos²

Médico Residente de Medicina Familiar. Posgrado UPAEP.
Unidad de Medicina Familiar, Número 22, Teziutlán Puebla.
dr.lauranarmi.mf@gmail.com

Coordinador Clínico de Educación e Investigación en Salud.
Unidad de Medicina Familiar, Número 22, Teziutlán Puebla. Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS).
sergio.fernandezm@imss.gob.mx

INTRODUCCIÓN

La enfermedad por COVID-19, se ha convertido en un problema grave de salud pública, con complicaciones y secuelas a nivel pulmonar [1] y con ello la demanda de atención médica [2] por los diferentes grados de afectación en la función pulmonar y permitir corregir los patrones respiratorios anormales [3]. Se pretende con la fisioterapia pulmonar se realicen ejercicios respiratorios que ayuden a reentrenar los músculos respiratorios, mejorar la ventilación, esto a su vez reducir el trabajo respiratorio, fomentar el ahorro energético y disminuir la sensación de disnea. Los ejercicios respiratorios agrupan técnicas en los que intervienen la caja torácica, los músculos respiratorios y el parénquima pulmonar, además de que se analiza la biomecánica diafragmática y costovertebral. [4], se implementa el cuestionario Disnea-12 como instrumento para su valoración [5].

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El gran impacto que causó la enfermedad COVID-19 a nivel mundial y nacional, incremento a su vez el gran número de pacientes en la Unidad Médico Familiar No. 22 Teziutlán Puebla, con complicaciones y secuelas a nivel pulmonar y con ello la demanda de atención médica por deterioro físico y emocional posteriormente. Es importante tomar en cuenta la afectación en la función pulmonar y aplicar técnicas como los ejercicios respiratorios en el abordaje inicial y permitir corregir los patrones respiratorios anormales o ineficaces, mejorar la capacidad funcional, mejorar la tolerancia a la actividad física, mejorar la ventilación pulmonar a mediano y largo plazo, que no impacte de manera negativa en la calidad de vida del paciente. Se pretendió con la fisioterapia pulmonar realizar ejercicios respiratorios que ayuden a reentrenar los músculos respiratorios y disminuir la sensación de disnea de nuestros derechohabientes con secuelas posteriores a la enfermedad por COVID-19. Motivo por el cual se realizó un Taller de ejercicios respiratorios como alternativa para mejorar las secuelas a nivel pulmonar en el segundo semestre del 2022. Por lo que se planteó la siguiente pregunta: ¿Cuál es la Efectividad de los Ejercicios Respiratorios en Pacientes con secuelas Post COVID-19 con la implementación del Cuestionario Disnea-12 en la UMF 22, Teziutlán Puebla?

OBJETIVO GENERAL

Determinar la Efectividad de los Ejercicios Respiratorios en Pacientes con secuelas Post COVID-19 con la implementación del Cuestionario Disnea-12 en la UMF 22, Teziutlán Puebla.

HIPÓTESIS

Son efectivos los ejercicios respiratorios en pacientes Post COVID-19.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se realizó un estudio analítico, observacional, cuasiexperimental, longitudinal, prospectivo en el segundo semestre del 2022. Con una muestra probabilística consecutiva de 252 participantes con criterios de inclusión, exclusión y eliminación. Se realizó una evaluación pre y post intervención después de 4 meses para determinar la efectividad de los ejercicios respiratorios en pacientes PostCOVID-19 a través del Cuestionario de Disnea-12 (Alfa de Cronbach 0,93) toma en cuenta 6 preguntas de aspectos sensoriales y 6 preguntas emocionales que pueden influir en la disnea, la puntuación del cuestionario se calcula 0 (nada) a 3 (mucho). Estadística utilizada fue la Prueba de Wilcoxon.

ASPECTOS BIOÉTICOS

Se implemento a todos los participantes consentimiento informado. El proyecto fue presentado ante los comités de ética e investigación y fue aprobado.

RESULTADOS

Población entre 18 y 83 años, 46.4% hombres y 53.6 % mujeres. Antes de la intervención con un 88.88 % (224) en puntuación de 0-12/36, 9.52 % (24) en puntuación de 13-24/36 y 1.60 % (4) en puntuación de 25-36/36. En la postevaluación con un 99.6 % (251) en puntuación de 0-12/36 de los cuales 82.1 % en 0/36, 0.4 % (1) en puntuación de 13-24/36 y 0 % (4) en puntuación de 25-36/36.(p=0.000).

CONCLUSIÓN

Los ejercicios respiratorios como intervención educativa, valorado por el Cuestionario Disnea-12 mejoró la puntuación de la misma.

Palabras clave: Cuestionario Disnea-12. Ejercicios respiratorios. Post COVID-19.

REFERENCIAS

- Mojica-Crespo R, Morales-Crespo MM. Pandemia COVID-19, la nueva emergencia sanitaria de preocupación internacional: una revisión. *Semergen [Internet]*. 2020 [citado el 26 de octubre de 2022];46 Suppl 1:65–77. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.semerg.2020.05.010>
- Escudero X, Guarner J, Galindo-Fraga A, Escudero-Salamanca M, Alcocer-Gamba MA, Del-Río C. La pandemia de Coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19): Situación actual e implicaciones para México. *Arch Cardiol Mex [Internet]*. 2020 [citado el 26 de octubre de 2022];90(Supl):7–14. Disponible en https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-99402020000500007
- Ana Luisa Alves Cunha A. L., Quispe Cornejo A. A., Ávila Hilari A. Breve historia y fisiopatología del covid-19. *Revista "Cuadernos" Vol. 61 (1)*. 2020: 77-86 ISSN 1562-6776
- Albillaga A., Pardás M., Escudero R., Rodríguez R. et al. Fisioterapia respiratoria en el manejo del paciente con COVID-19. *Recomendaciones generales*. España: Sociedad española de Neumología y Cirugía Torácica SEPAR; 2020 pp 18.
- Amado Diago C. A., Puente Maestu L., Abascal Bolado B., Traducción y validación del cuestionario multidimensional Disnea-12. *Arch Bronconeumol*. 2018; 54(2):74–78.