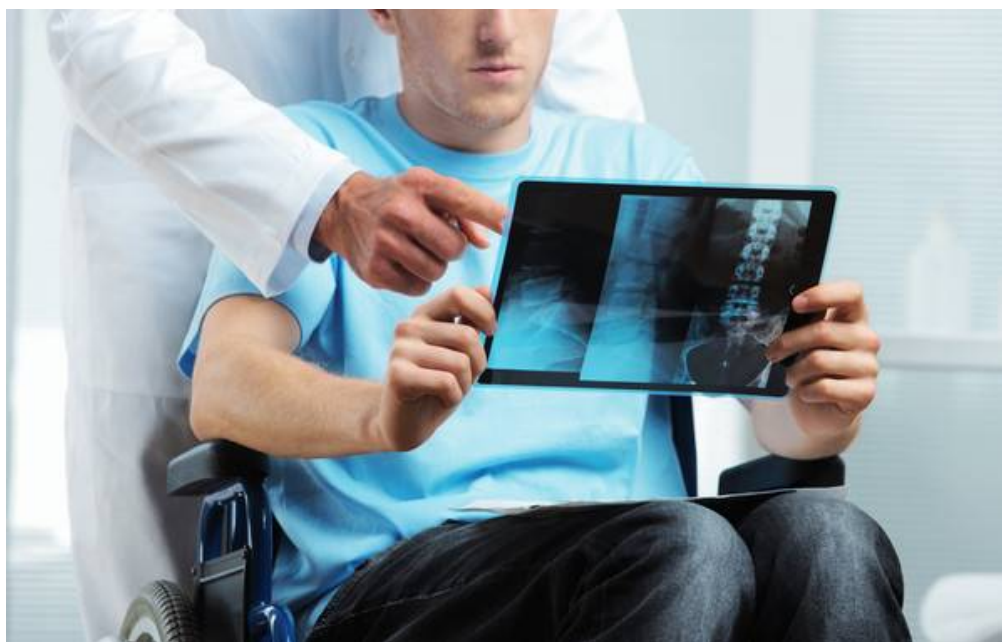


La rehabilitación en casa mejora la movilidad de los brazos en esclerosis múltiple

Investigadores de la Universidad de Granada han probado la eficacia de un programa de rehabilitación domiciliaria para mejorar la movilidad de los brazos de 37 enfermos de esclerosis múltiple. En solo ocho semanas, con dos sesiones semanales de una hora, han logrado recuperar parte de la destreza manual, la fuerza de prensión de la mano y de la pinza de los pacientes.

SINC

7/7/2017 10:34 CEST



La esclerosis múltiple es una enfermedad autoinmune caracterizada por presentar una degeneración progresiva, y representa la segunda causa de deterioro funcional más prevalente en adultos jóvenes. / Fotolia

Un equipo de la Universidad de Granada (UGR) han demostrado que es posible mejorar la movilidad de los brazos de enfermos con esclerosis múltiple (EM) en solo ocho semanas, a través de un programa de intervención domiciliaria de dos sesiones semanales de una hora.

Su trabajo ha permitido mejorar la función motora del brazo más afectado

por la enfermedad, así como la destreza manual, la fuerza de prensión de la mano y la fuerza de la pinza.

Los 37 participantes del estudio fueron reclutados en la Asociación de Esclerosis Múltiple de Granada y fueron aleatorizados a un grupo control. El grupo intervención recibió, adicionalmente al tratamiento de la asociación, 16 sesiones de 60 minutos de rehabilitación domiciliaria.

Cada sesión se inició con un pequeño calentamiento, y continuó con la realización de ejercicios de destreza manual con masilla terapéutica *putty*, pequeños objetos como botones, canicas... y ejercicios de fortalecimiento con bandas elásticas de *teraband*. Para terminar, se llevaron a cabo ejercicios de estiramientos. El grupo control recibió, además, un folleto con imágenes y un texto de fácil comprensión sobre ejercicios que debía de realizar en su domicilio.

La esclerosis múltiple es una enfermedad autoinmune caracterizada por presentar una degeneración progresiva, y representa la segunda causa de deterioro funcional más prevalente en adultos jóvenes.

El trabajo ha permitido mejorar la destreza manual, la fuerza de prensión de la mano y de la pinza

“Esta patología causa síntomas motores y cognitivos-conductuales, una disminución de la capacidad motora y una reducción de diferentes aspectos funcionales de estas personas”, afirma Araceli Ortiz Rubio, del departamento de Fisioterapia de la UGR.

Actividades básicas de la vida diaria

Aproximadamente más de un 75% de la personas con diagnóstico de EM manifiestan una afectación de los brazos, lo que les dificulta desarrollar sus actividades básicas de la vida diaria.

“La afectación de los brazos se muestra con la disminución de la fuerza de la mano, la fuerza de la pinza, una disminución de la coordinación, destreza y

rango de movimiento causando dificultad en la ejecución de actividades como abotonarse una camisa o desenroscar el tapón de una botella”, destaca la investigadora de la UGR.

Este hecho causa una reducción de la independencia funcional y, con ello, una reducción de la participación social y la calidad de vida. “Al tratarse de una enfermedad progresiva, un tratamiento de rehabilitación domiciliario sería una buena alternativa al tratamiento proporcionado por un hospital o centro de rehabilitación”, apunta Ortiz.

Ortiz-Rubio A *et al.* "Effects of a Home-Based Upper Limb Training Program in Patients With Multiple Sclerosis: A Randomized Controlled Trial". *Arch Phys Med Rehabil.* 2016;97(12):2027-2033. doi: 10.1016/j.apmr.2016.05.018.

Referencia bibliográfica:

Ortiz-Rubio A *et al.* "Effects of a Home-Based Upper Limb Training Program in Patients With Multiple Sclerosis: A Randomized Controlled Trial". *Arch Phys Med Rehabil.* 2016;97(12):2027-2033. doi: 10.1016/j.apmr.2016.05.018.

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

ASISTENCIA DOMICILIARIA | EJERCICIOS | ESCLEROSIS MÚLTIPLE |
REHABILITACIÓN |

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)

