

# EJERCICIO FÍSICO EN PACIENTES RENALES EN HEMODIÁLISIS: REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA.

González Sánchez, Lucía<sup>1</sup>; Martín Díaz, María<sup>2</sup>; Gázquez López, María<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Graduada de Enfermería, Facultad de CCSS de Ceuta UGR, <sup>2</sup> Graduada de Enfermería, Escuela Universitaria de Osuna <sup>3</sup> Profesora del Departamento de Enfermería, Campus de Ceuta, UGR

**Palabras claves:** actividad física, hemodiálisis, enfermedad renal crónica, enfermería.

## INTRODUCCIÓN

La ERC es un problema grave de salud pública a nivel mundial, con tasas de prevalencia e incidencia importantes lo que condiciona a un deterioro físico y funcional de la persona que la padece. Además, de un deterioro progresivo de la función renal y a día de hoy va en aumento. La hemodiálisis (HD) es la terapia de mayor elección en esta enfermedad, en ella se presentan diferentes signos y síntomas que afectan a la calidad de vida de los pacientes por ello es de especial importancia la realización de ejercicio físico (EF).

## OBJETIVOS

- ✓ **GENERAL:** Estudiar la importancia de realizar actividad física en pacientes renales en HD.
- ✓ **ESPECÍFICOS:** Analizar los beneficios que ofrece en estos pacientes el ejercicio físico y detectar las encuestas realizadas para el análisis de actividad física.

## METODOLOGÍA



Revisión bibliográfica:  
Artículos de las bases de datos de la Universidad de Granada.



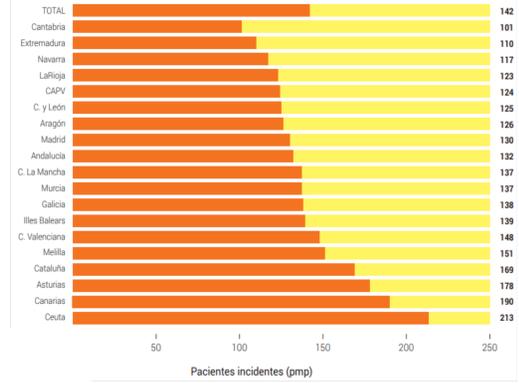
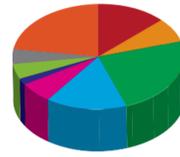
**Criterios de inclusión:**  
-Artículos publicados en los últimos 5 años.  
-Artículos con acceso gratuito y completo al documento.  
-Idiomas inglés y español.  
-Pacientes renales adultos en HD.  
-Artículos que contengan información sobre los objetivos ya planteados.  
**Criterios de exclusión:**  
-Revisiones bibliográficas ya realizadas.  
-HD en embarazadas y niños.

BASE DE DATOS	PALABRAS CLAVES	FILTROS	RESULTADOS	SELECCIONADOS
CINAHL	PHYSICAL ACTIVITY AND HEMODIALYSIS	2014 – 2019 INGLÉS Y ESPAÑOL	TOTAL: 87 INGLÉS (59) ESPAÑOL (28)	3
CUIDEN	PHYSICAL ACTIVITY AND HEMODIALYSIS	2014- 2018 INGLÉS Y ESPAÑOL	TOTAL: 11 ESPAÑOL (11)	1
PROQUEST NURSING	PHYSICAL ACTIVITY AND HEMODIALYSIS	2014 – 2019 INGLÉS Y ESPAÑOL	TOTAL: 1789 INGLÉS: 1788 ESPAÑOL: 1	0
PUBMED	PHYSICAL ACTIVITY AND HEMODIALYSIS	2009 – 2019	TOTAL: 953	5
WEB OF SCIENCE	PHYSICAL ACTIVITY AND HEMODIALYSIS	2014 – 2019	TOTAL: 279	1

ARTÍCULOS TRAS LA APLICACIÓN DE LOS CRITERIOS DE EXCLUSIÓN E INCLUSIÓN  
(n=3.119)

ARTÍCULOS RELEVANTES CON EL TEMA PROPUESTO  
(n=25)

ARTÍCULOS SELECCIONADOS PARA EL ESTUDIO  
(n=10)



## RESULTADOS

AUTOR	TIPO DE ESTUDIO	CONCLUSIÓN
Manfredini et al. (2007)	Estudio de cohorte.	Este programa de ejercicio de intensidad moderada fue satisfactorio ya que superó de forma positiva y particular el número de EPCs en pacientes en HD.
Mihaescu et al. (2013)	Estudio de cohorte.	Durante el tratamiento de diálisis se obtuvo que el entrenamiento físico tiene un efecto efectivo sobre la rigidez arterial, la composición corporal y el rendimiento físico de los pacientes crónicos en HD.
Painter et al. (2014)	Métodos cualitativos.	Había desconocimiento de los beneficios del EF, aun así el personal sanitario afirmó que a sus pacientes les beneficiaría en el tratamiento de HD.
Manian et al. (2014)	Estudio cuasi-experimental	El ejercicio realizado por el grupo de ejercicio físico fue eficaz por reducir la fatiga, trastornos del sueño y aumentar la calidad de vida entre los pacientes en HD.
Hernández et al. (2015)	Estudio experimental.	Tras aplicar los cuestionarios YALE, KDQOL y SFT no hay diferencias significativas en cuanto al nivel de actividad, calidad de vida y condición física entre pacientes en HD, DP y trasplantados. Se observa que el grupo de trasplantados realiza mayor hora a la semana de ejercicio físico que los demás grupos, esto se puede deber al tiempo libre del que disponen ya que no son sometidos a horas de diálisis.
Zhang et al. (2017)	Estudio de observación.	Este estudio demostró el beneficio que ofrece la actividad física frente a los pacientes sometidos a HD y ayuda a reducir la mortalidad de pacientes renales en HD para ello se empleó el Perfil de Actividad Humano (HAP) Y el Stanford.
Alonso et al. (2018)	Estudio intervencionista con diseño antes y después sin grupo de control.	En el corto tiempo de desarrollo del programa de actividad en HD se muestran los beneficios tanto a nivel funcional como en variables médicas. Se incluyeron en el estudio variables de calidad de vida mediante dos escalas, el EuroQol-5D y el KDQOL.
Holanda et al. (2018)	Estudio descriptivo de sección transversal.	La mayoría de los pacientes con ERC sometidos a HD presentan un nivel de actividad física por debajo del recomendado, clasificado como nivel sedentario en el cuestionario IPAQ.
Fukushima et al. (2018)	Estudio transversal con enfoque cualitativo.	Se utilizaron varios instrumentos de medida de actividad física: IPAQ, SF-36, CVRS. La práctica regular de actividad física realizada en actividades como en el trabajo, transporte, tareas domésticas y ocio pueden contribuir a una mejor percepción de la calidad de vida relacionada en cuanto, a capacidad funcional, dolor, aspectos sociales, vitalidad, dolor, estado general de salud con la salud de pacientes en hemodiálisis.
Sheshadri et al. (2018)	Estudio transversal.	Se midió la actividad física mediante podómetros y se estudió los síntomas que presentaban. El 63% reflejaron síntomas de fatiga. las intervenciones para aumentar la actividad física deben considerarse junto con las estrategias actuales como un posible enfoque para la gestión de la fatiga y el insomnio en pacientes en HD.

HD= Hemodiálisis; VOP= Velocidad de onda de pulso aórtico; EF= Ejercicio físico; YALE= Cuestionario de actividad física; IPAQ=Cuestionario Internacional de Actividad Física; SFT= Senior Fitness Test; CVRS= Calidad de Vida Relacionada con la Salud; KDQOL=Cuestionario Kidney Disease of Life; SF-36= Cuestionario Health Survey; DP= Diálisis peritoneal; ERC= Enfermedad renal crónica; EPCs= Células progenitoras endoteliales.



## LIMITACIONES

Tamaño reducido de la muestra de los artículos consultados. Al ser pacientes vulnerables, muchos no quieren participar en estos estudios por el estado que presentan. A la hora, de realizar la búsqueda, se aumentó el intervalo en algunas ocasiones ya que la información encontrada no cumplía con los objetivos marcados y criterios de inclusión.



## DISCUSIÓN/CONCLUSIÓN

Existen estudios que afirman la importancia de realizar actividad física en estos pacientes ya que mejora la calidad de vida de ellos y con ello ayuda a reducir los signos y síntomas que presentan en HD. Por lo tanto, y como síntesis de mejora todas las propuestas estudiadas pueden servir de reflexión para los centros de diálisis de cara a la mejora de nuestros pacientes en su enfermedad.

## Organizan



## Financian



