

## Investigación en Fisioterapia y envejecimiento saludable en personas con comorbilidad

**PTinMotion es un grupo multiespecialidad, por lo que encuentra sinergias dentro de sus investigaciones, como en el ejercicio terapéutico, la sarcopenia y la fragilidad de ciertos segmentos poblacionales**

---

Proyecto REFICIEN  
PTinMotion

*Madrid, 4 de mayo de 2023*

En la actualidad, los países desarrollados se caracterizan por el envejecimiento de su población. Así, la sociedad demanda estrategias para envejecer saludablemente, sumando más años a la vida, pero, fundamentalmente, más vida a los años. La comorbilidad (la existencia de dos o más trastornos o enfermedades a la vez) en muchas de las personas mayores es causa de discapacidad y mayor incidencia de caídas y fracturas, inactividad física, agudización de enfermedades crónicas e incluso mayor riesgo de mortalidad.

En este sentido, la fisioterapia, a través de una intervención individualizada puede ayudar a atenuar estos efectos, mejorando así la calidad de vida de las personas. Por ello, desde el grupo de investigación PTinMotion se investiga acerca de la fisioterapia, tanto en personas mayores sanas como con patología cardíaca, respiratoria, neurológica y/o traumatológica.

En los últimos años, este grupo desarrolla diversos proyectos con financiación pública autonómica y estatal, en colaboración con otros institutos de investigación (INCLIVA, IIS La Fe) y centros especializados (asociaciones, clínicas, etc.), en los que se estudia a personas con secuelas tras ictus, adultos de edad avanzada con fragilidad y/o sarcopenia o enfermedad coronaria cardíaca, además de personas mayores sometidas a cirugía mayor.

Respecto al manejo de la fragilidad, se ha evidenciado que los programas de ejercicio terapéutico son beneficiosos. Sin embargo, las personas mayores con fragilidad rara vez participan en estos tras un síndrome coronario agudo.

PTinMotion, a través de su colaboración en un ensayo clínico aleatorizado, ha observado que, tras un infarto de miocardio, las personas mayores con fragilidad también pueden beneficiarse de una intervención fisioterápica basada en ejercicio terapéutico, aplicada de forma presencial y supervisada, pues al pasar a un programa domiciliario el beneficio se atenúa con el tiempo.

En relación al ictus, una de las principales causas de discapacidad en el mundo, este grupo de investigación ha constatado que, en este colectivo, los hábitos sedentarios vienen determinados por la velocidad de marcha y la percepción de barreras físicas para realizar actividad. Por tanto, en personas con secuelas de ictus, para revertir su inactividad, la fisioterapia debe dirigirse a mejorar su velocidad de marcha, pero también a aumentar su fuerza y reducir su espasticidad, por ser estos dos factores especialmente percibidos como barreras para realizar actividad física.

Relacionado también con herramientas de valoración clínica, el grupo ha investigado acerca de la sarcopenia, demostrando que el índice de Barthel, junto con el índice de Charlson abreviado, puede considerarse predictor de sarcopenia y consecuentemente guiar a los fisioterapeutas, tanto en su identificación temprana como en su abordaje terapéutico.

En esa línea, los resultados de PTinMotion destacan que, del algoritmo propuesto por el consenso del Grupo Europeo de Trabajo en Sarcopenia en Personas Mayores (EWGSOP2), la prueba de levantarse de la silla parece detectar más casos de probable sarcopenia; la masa muscular apendicular detecta más casos confirmados y graves; y, en el caso del rendimiento físico, las pruebas del Short Physical Performance Battery (SPPB) y de velocidad de marcha parecen ser opciones fiables.

Igualmente, la utilización de un cribado inicial de sarcopenia (SARC-F) no parece mejorar su identificación. Por lo que, en la práctica clínica, ante signos de sarcopenia, se recomienda realizar pruebas clínicas para su cribado y confirmación.

En conclusión, dado que PTinMotion es un grupo multiespecialidad, muchas son las líneas de investigación que les interesan, pero es fácil encontrar sinergias como en el caso del estudio del ejercicio terapéutico, la sarcopenia y la fragilidad, por su relevancia clínica con los síndromes geriátricos.