

Abstracto Científico.

24. Fibromialgia.

EULAR2010-SCIE-2226

EFFECTOS DE PROGRAMAS DE REHABILITACION ORIGINALES EN PACIENTES CON SINDROMA DE FIBROMIALGIA.

D.Maquet (1), S.Bronfort (2), M. Lecart (3), M. Faymonville (1), J.Crosier (2), J. Crielaard (2)

(1) Centro de Dolor, (2) Medicina Física, (3) Reumatología del Centro Hospitalario de la Universidad de Lieja, Lieja, Belgica.

Antecedentes.

Programas de rehabilitación son recomendados en el tratamiento del síndrome de fibromialgia (FM). Vibración del cuerpo entero (WBV) es un método de entrenamiento neuro muscular que rápidamente ha llegado a ser popular en los centros de salud y "fitness". Sin embargo, los datos disponibles sobre los beneficios de WBV en las funciones físicas son limitados.

Objetivos.

El objetivo con el estudio es investigar los efectos de un programa de entrenamiento con el Vibrosphere en pacientes con Fibromialgia. El Vibrosphere es un dispositivo semi esférico de equilibrio con una plataforma de vibración. Hemos evaluado la tolerancia de las sesiones de entrenamiento con el Vibrosphere y cuales han sido las consecuencias en la función física y calidad de vida para pacientes con fibromialgia.

Métodos.

Diez mujeres con FM (48 +/- 10 años y 64 +/- 16 kg) han sido incluidas en el estudio. Ellos han ejecutado un entrenamiento específico dos veces a la semana en el Vibrosphere (20-30 Hz en pasos de 5 Hz, duración ejercicio ha sido 30 segundos y total 12 minutos cada vez) durante 6 semanas. Medición del resultado ha sido controlado antes y después del ejercicio, por medio de la prueba "levantarse de una silla", prueba estática de resistencia, prueba de equilibrio en una pierna, medición del gasto de energía durante 24 horas y con cuestionarios específicos (cuestionario del impacto de FM, escala de gravedad de cansancio, escala de Borg, escala análogo visual, escala Tampa de kinesiofobia, cuestionario breve 36 preguntas sobre salud, escala de ansiedad hospitalario y depresión).

Resultados.

Beneficios de rehabilitación aeróbico para pacientes con FM han sido documentados anteriormente. En nuestro estudio, funciones físicas (prueba de levantarse de una silla, prueba resistencia, prueba equilibrio en una pierna y medición gasto energía durante 24 h) han mejorado de forma significativo ($p < 0.05$) en pacientes con FM al final de la programa de entrenamiento. Resultados de los cuestionarios muestra mejoras en calidad de vida y que los pacientes estaban favorables de beneficiar de sesiones adicionales de entrenamiento.

Conclusión.

Este estudio preliminar ha demostrado que el programa de entrenamiento en el Vibrosphere ha sido eficaz y que el equilibrio y las funciones físicas en pacientes con FM han mejorado. Más estudios serán necesarios para confirmar esos resultados.