

INDICE

	PÁGINA
I. Resumen	viii
II. Introducción	1
III. Objetivos	4
IV. Marco Teórico	
<i>ENFERMEDAD PULMONAR OBSTRUCTIVA CRÓNICA</i>	
1. Definición e historia de la EPOC	5
2. Panorama epidemiológico de la EPOC en Chile	6
3. Patogénesis de la EPOC	10
4. Oxidación y marcadores pro-inflamatorios	14
5. Fisiopatología de la disfunción muscular	16
6. Ejercicio físico en la EPOC	20
V. Materiales y Métodos	
1. Diseño de Investigación	23
2. Tipo de Estudio	23
3. Población de Estudio	23
4. Muestra	24
5. Variables	24
6. Instrumentos de recolección de datos	25
7. Procedimiento	27
8. Análisis Estadístico	36
VI. Resultados	38
VII. Discusión	49
VIII. Conclusión	52

IX. Bibliografía	54
X. Apéndices	
▪ Apéndice 1. Consentimiento Informado	58
▪ Apéndice 2. Indicaciones Test de marcha 6 minutos	59
XI. Anexos	
▪ Anexo 1. Cuestionario de calidad de vida St. George	61
▪ Anexo 2. Protocolo Test de marcha 6 minutos	71
▪ Anexo 3. Hoja de registro Test de Marcha 6 minutos	74

INDICE DE FIGURAS

	PÁGINA
Figura 1. Diferencia entre un bronquio normal y un bronquio y uno inflamado producto de un infiltrado inflamatorio	12
Figura 2. Comparación entre un alveolo normal y uno con enfisema	13
Figura 3. Porcentajes de los sujetos según variable sexo	38
Figura 4. Estado nutricional de la población	40
Figura 5. Grado de obstrucción de las vías aéreas (VEF1)	41
Figura 6. Distribución de medicamentos	42
Figura 7. Metros recorridos pre y post entrenamiento	43
Figura 8. Puntaje ítem síntomas pre y post entrenamiento	45
Figura 9. Puntaje ítem impacto pre y post entrenamiento	46
Figura 10. Puntaje ítem actividades pre y post entrenamiento	48

INDICE CUADROS

	PÁGINA
Cuadro 1. Prevalencia de síntomas respiratorios	7
Cuadro 2. Prevalencia de enfermedad pulmonar respiratoria crónica	7
Cuadro 3. Consumo de tabaco	8
Cuadro 4. Motivos de abstinencia de tabaco	9
Cuadro 5. Realización de actividad física	9
Cuadro 6. Causas de ausencia de actividad física	10
Cuadro 7. Descripción antropométrica de la población	39
Cuadro 8. Valores pre y post entrenamiento, metros recorridos	42
Cuadro 9. Resultados de la Prueba t para muestras relacionadas, metros recorridos	43
Cuadro 10. Valores “síntomas” pre y post intervención	44
Cuadro 11. Resultados Prueba t para muestras relacionadas, síntomas	44
Cuadro 12. Valores “impacto” pre y post intervención	45
Cuadro 13. Resultados Prueba t para muestras relacionadas, impacto	46

Cuadro 14. Valores “actividades” pre y post intervención	47
Cuadro 15. Resultados Prueba t para muestras relacionadas, actividades	47