

**EFFECTOS DE UN PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO FÍSICO SOBRE LA
CAPACIDAD FUNCIONAL EN PACIENTES CON EPOC LEVE Y MODERADA
DEL HOSPITAL DR. EDUARDO CONTRERAS TRABUCO DE COELEMU**

**ANGELA NEIRA CONCHA
LICENCIADO EN KINESIOLOGÍA**

RESUMEN

La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), es una enfermedad progresiva que se caracteriza por la presencia de obstrucción crónica y no totalmente reversible al flujo aéreo¹. Sus complicaciones extrapulmonares, traen consigo importantes alteraciones en la calidad de vida y tolerancia al ejercicio físico en los sujetos que la padecen⁸.

Los objetivos del estudio consisten en reportar los efectos de un programa de ejercicio físico sobre la capacidad funcional en sujetos EPOC leve y moderada, a través del Test de Marcha de 6 minutos y el Cuestionario de calidad de vida St. George.

Los resultados obtenidos demuestran, que en relación al Cuestionario de calidad de vida St. George, para el ítem síntomas, la media pre-entrenamiento es de 400,760 +/- 112,22 y post-entrenamiento es de 149,30 +/- 61,19; donde esta diferencia es estadísticamente significativa. Para el ítem impacto, la media pre-entrenamiento es de 1054,80 +/- 415,05 y post-entrenamiento es de 543,26 +/- 229,17, indicando que la diferencia es estadísticamente significativa. El ítem actividades, muestra una media pre-entrenamiento de 903,82 +/- 184,72 y post-entrenamiento físico 561,52 +/- 389,75, cuya diferencia no es estadísticamente significativa.

Los resultados encontrados en relación a la distancia recorrida en 6 minutos, muestran la existencia de cambios estadísticamente significativos pre-post entrenamiento físico. La media de metros recorridos pre-entrenamiento es de 347,16 +/- 66,94 metros y post-entrenamiento de 453,60 +/- 63,01 metros.