
**REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA DE LAS DIFERENCIAS ENTRE EL
ENTRENAMIENTO A CARGA CONSTANTE VERSUS INTERVALO, SOBRE EL
ÍNDICE DE BODE EN LOS PACIENTES EPOC MODERADA A SEVERA**

**VICTORIA CARREÑO CISTERNA
CRISTIAN JEREZ LISBOA
LICENCIADO EN KINESIOLOGÍA**

RESUMEN

La Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) es una patología que se caracteriza por la limitación crónica al flujo aéreo, es progresiva e irreversible y que tiene como consecuencia la alteración de la calidad de vida y de la tolerancia al ejercicio. Como tratamiento a esta enfermedad existe la Rehabilitación Pulmonar (RP), la cual tiene como objetivo reducir los síntomas y mejorar el estado general de los pacientes, lo que permitirá tener una mejor calidad de vida a largo plazo. Esta consiste en dos tipos de entrenamiento, constante y en intervalo, ambas tienen el mismo objetivo pero diferente mecanismo de acción (Nici et al., 2006).

Debido a lo anterior es que se realiza esta investigación la cual tiene como objetivo evidenciar la existencia de diferencias en los distintos parámetros del índice de BODE y la calidad de vida, entre ambos tipos de entrenamiento. La búsqueda de la información se realizó entre los años 2012 y 2013, principalmente en el sistema de bibliotecas de la Universidad de Talca en el catálogo Metabuscador Online. Se aplicaron criterios de inclusión, como la disponibilidad de los documentos en idiomas español e inglés, estudios clínicos realizados en la especie humana, textos en modalidad full text, y que sean estudios realizados entre los años 1999 y 2012. Del universo total de estudios encontrado sólo 15 cumplieron con los criterios de inclusión, y en base a estos se efectuó la revisión bibliográfica. Como resultado de la investigación se concluye que existe poca evidencia científica disponible relacionada con los tipos de entrenamiento, el índice de BODE y la calidad de vida. Sin embargo, con la evidencia científica se puede decir que existen mayores cambios a nivel del test de 6 minutos, la disnea y la calidad de vida, pero que no existen diferencias significativas en relación a un entrenamiento u otro.