

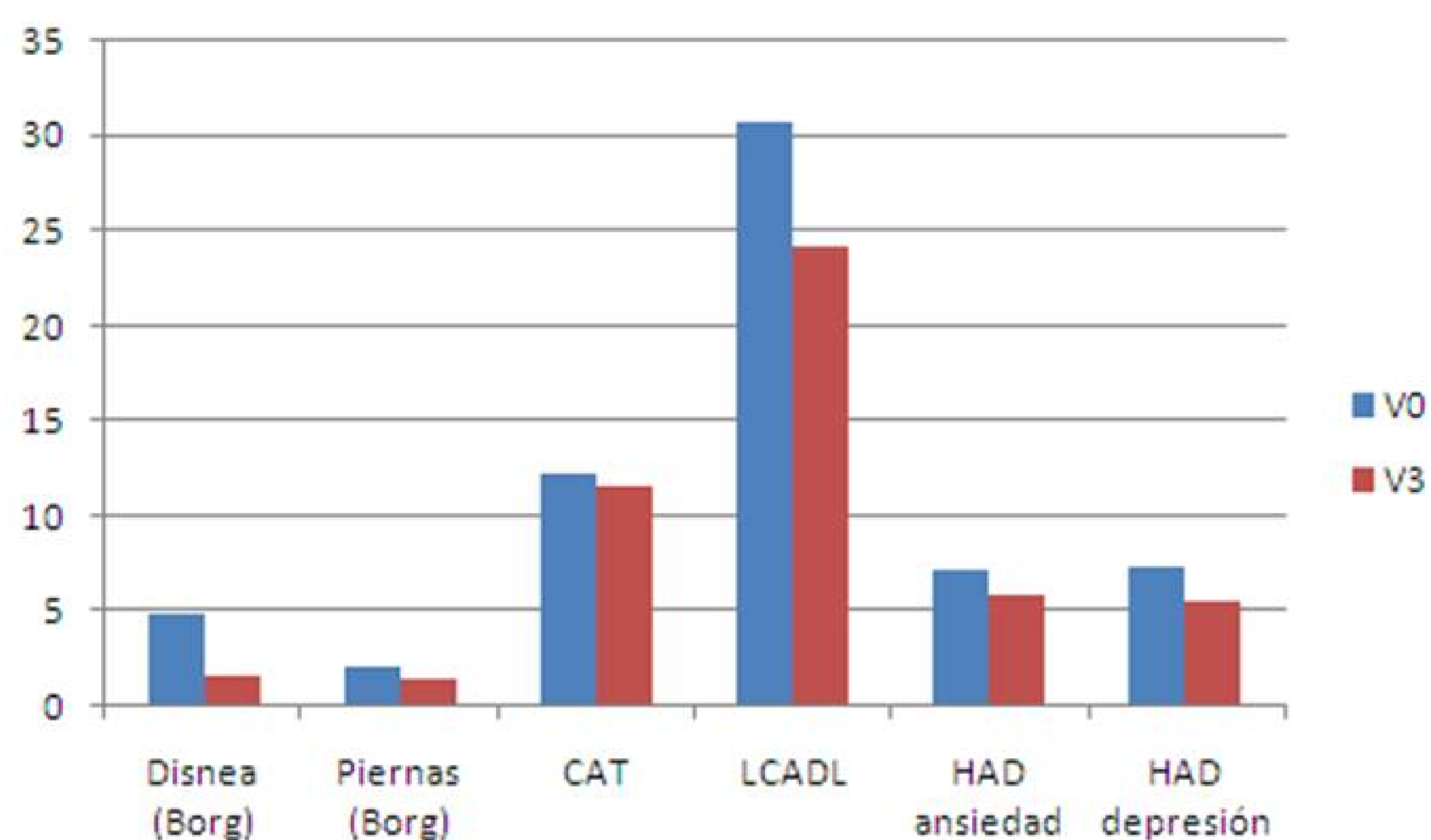


**OBJETIVO:** Existe poco conocimiento sobre los beneficios de la rehabilitación domiciliaria, y el valor añadido de una supervisión en el seguimiento. El objetivo era evaluar los beneficios de un programa ambulatorio sencillo, así como, el valor añadido de una supervisión en el seguimiento.

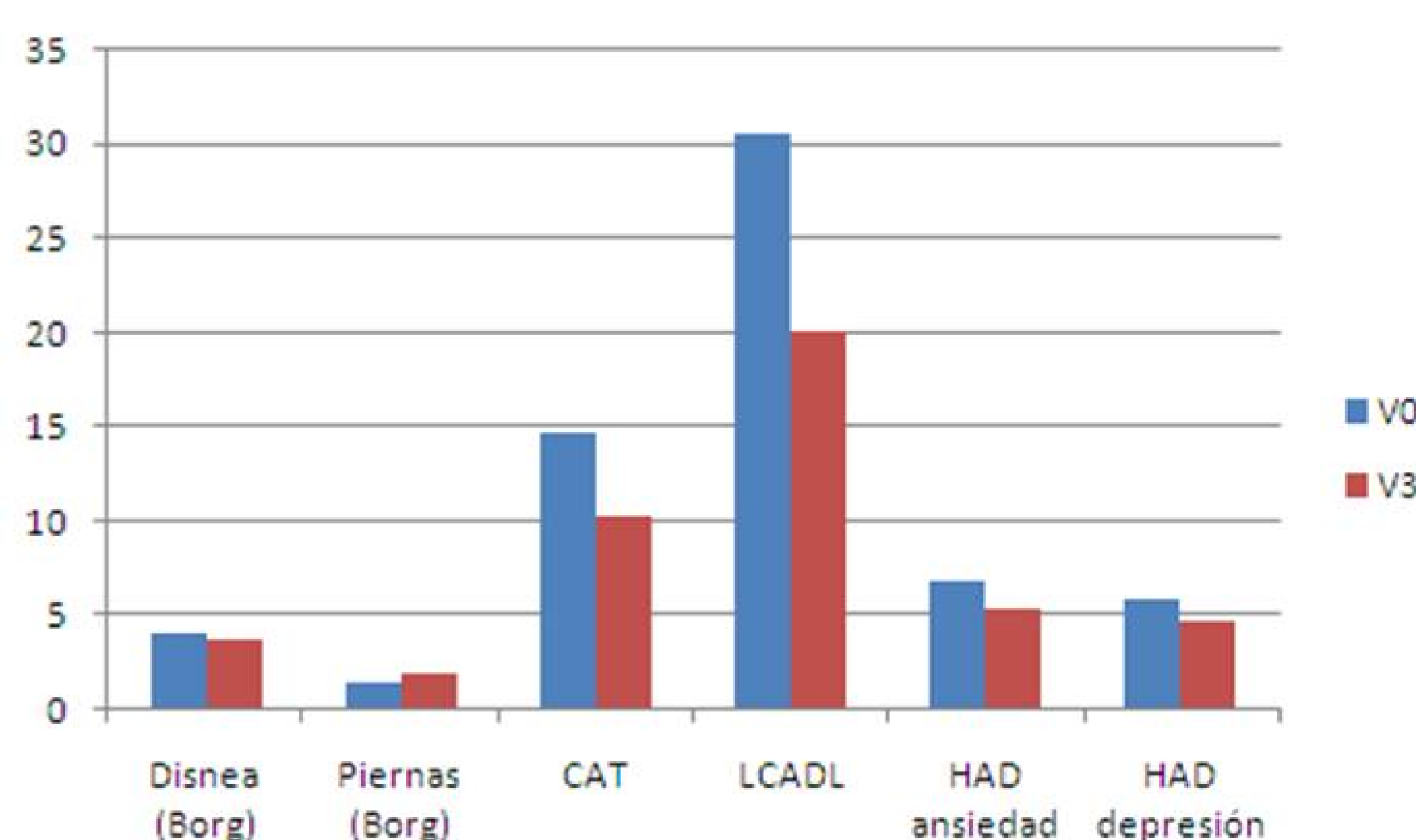
**MATERIALES Y MÉTODOS:** Estudio prospectivo e intervencionista en el que se ofrecía a pacientes con EPOC con limitaciones en sus actividades diarias, realizar un programa de rehabilitación respiratoria ambulatorio: 1 sesión educativa, 2 de fisioterapia y un programa estructurado ambulatorio de ejercicio aeróbico y anaeróbico durante 4 semanas. Durante el seguimiento se comparaban 2 grupos aleatorizados: sin supervisión en el seguimiento (D) y con mínima supervisión (DV) que consistía en recibir durante los tres meses de seguimiento, 2 visitas domiciliarias (a los 30 y 90 días) y 1 contacto telefónico a los 60 días.

**RESULTADOS:**

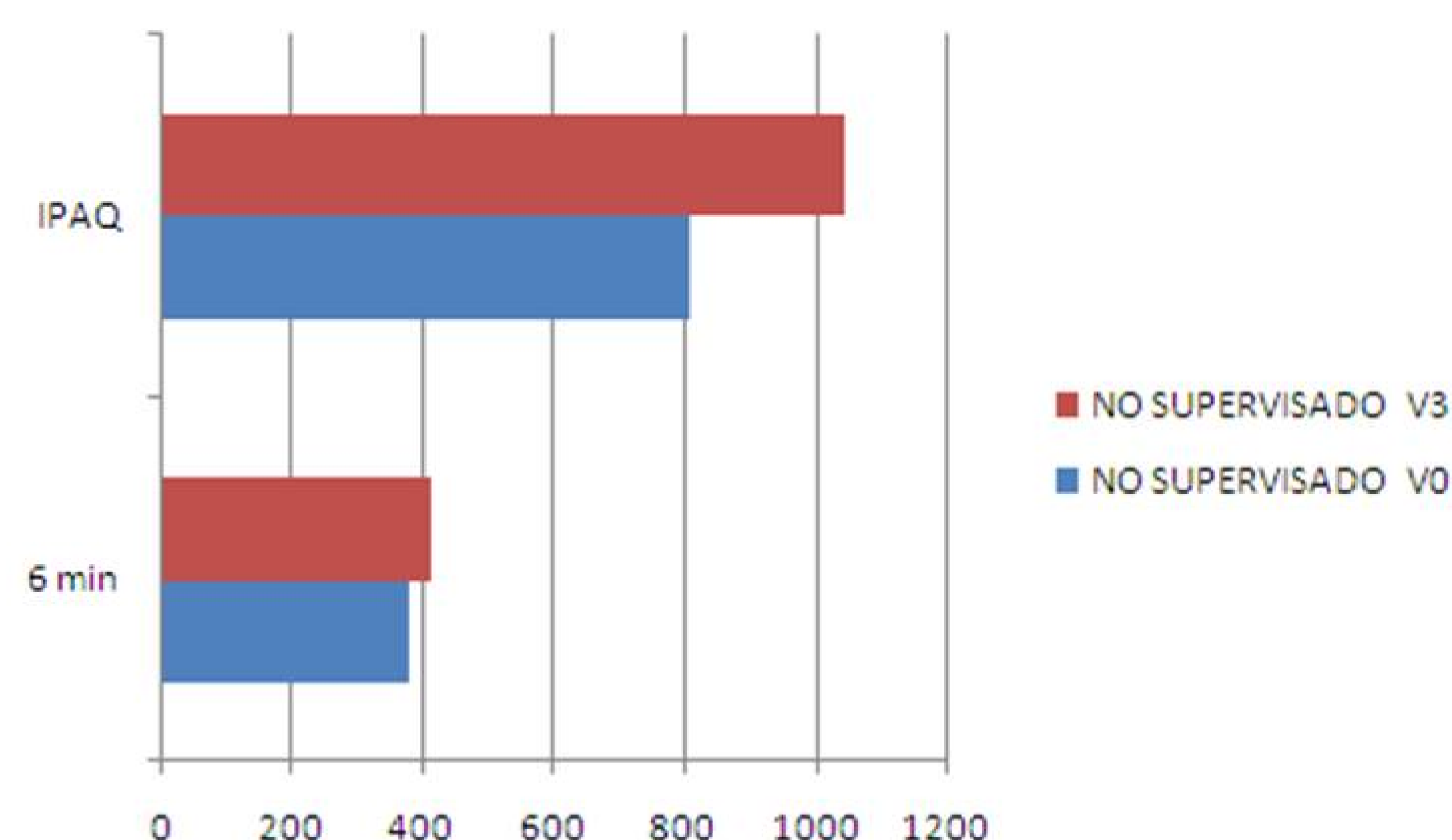
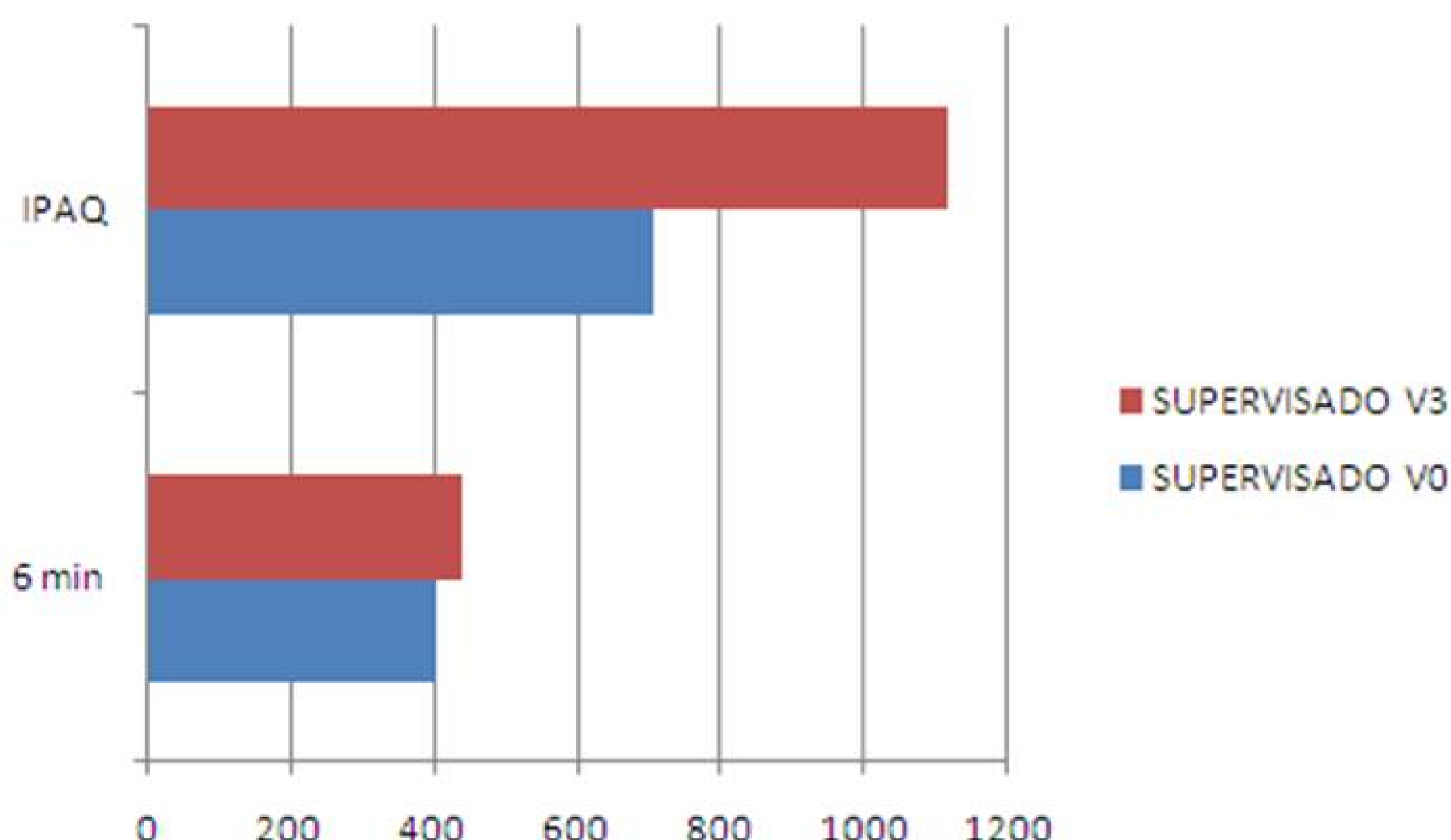
**SUPERVISADO**



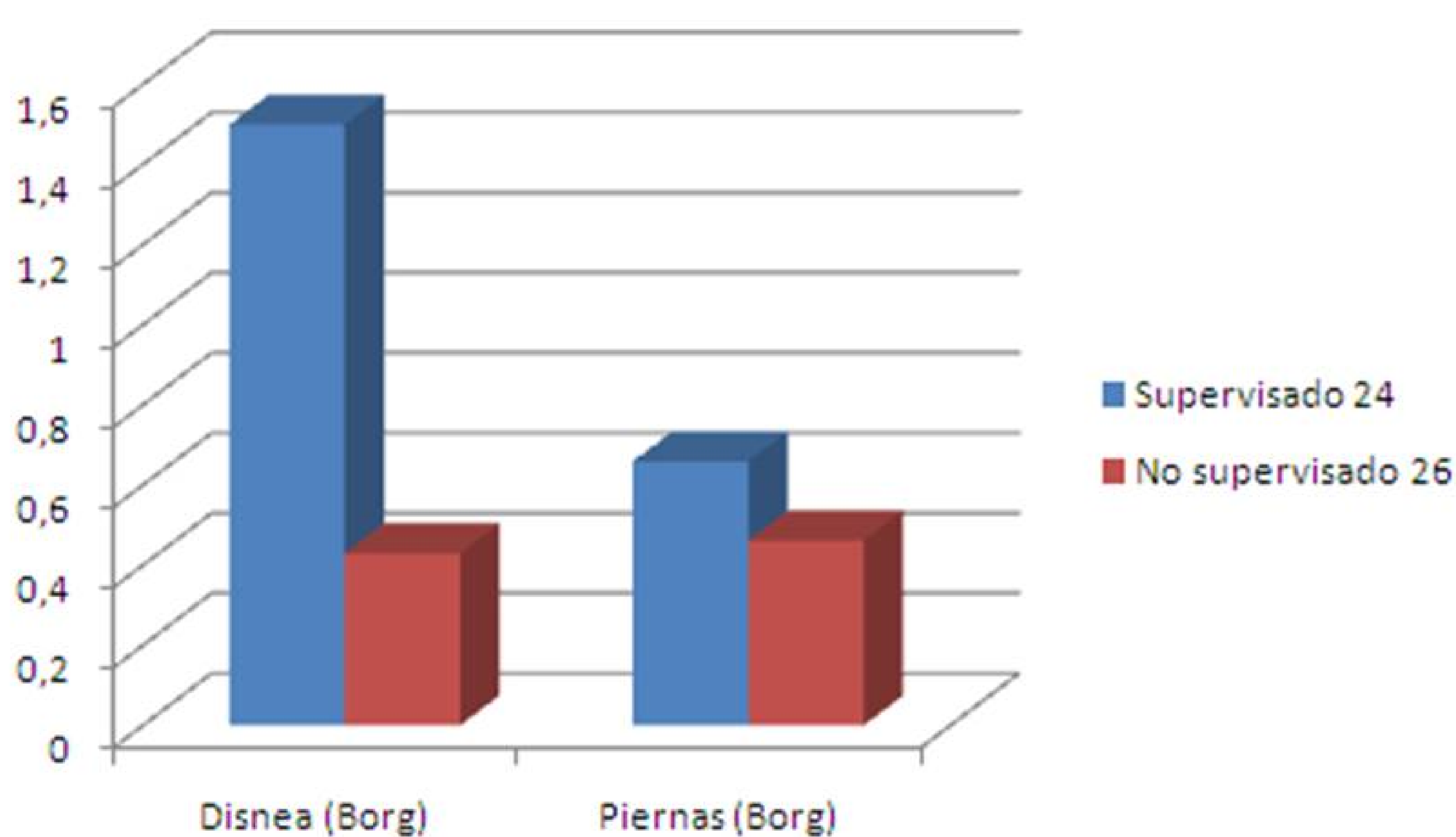
**NO SUPERVISADO**



Se evaluaron 50 pacientes a los tres meses del inicio del programa un PR ambulatorio. De ellos, 24 pacientes recibieron supervisión. En ambos grupos se consiguió mejoría estadísticamente significativa en síntomas (grado de disnea), calidad de vida (CAT) y estado anímico (cuestionario HAD).



También, beneficios en la capacidad de ejercicio (distancia recorrida a los 6 minutos), en actividades de la vida diaria (LCADL) y nivel de actividad física (IPAQ), todas con  $p < 0,05$ .



Los cambios observados en el grado de obstrucción y la StO2 basal no mostraron diferencias significativas. Los pacientes que recibían una supervisión en el seguimiento, conseguían un mayor beneficio en el grado de disnea y la fatiga de piernas a los tres meses ( $p < 0,05$ )

**CONCLUSIONES:** Un programa de RR sencillo domiciliario ofrece beneficios en sintomatología, capacidad de ejercicio y calidad de vida. La supervisión con visitas y llamadas telefónicas a corto plazo consigue mayores beneficios en grado de disnea y fatiga de piernas.