

Provincia



CONTROL ENDOCRINO Y DEPORTIVO

Más allá de la dieta

► Desde la UMH se indica que la iniciativa surgió a raíz de que habitualmente, en el seguimiento sanitario del paciente, se incide en la dieta y en el control endocrino, pero no así en el aspecto deportivo, algo que los investigadores consideran también fundamental.



Participantes en una de las actividades del programa específico del Centro de Investigación del Deporte. INFORMACIÓN

Planificación. En colaboración con el Hospital del Vinalopó, expertos de la UMH han diseñado un plan de ejercicios pensando en esas personas sometidas a una reducción de estómago.

Una vida mejor tras la obesidad mórbida

► La UMH desarrolla un programa de actividad física para personas que han pasado por una intervención quirúrgica de reducción de estómago

J. M.

■ Un estudio del Centro de Investigación del Deporte (CID) de la Universidad Miguel Hernández, en colaboración con el Hospital del Vinalopó, ha desarrollado un programa de actividad física que mejora la calidad de vida de pacientes intervenidos en una reducción de estómago.

En el estudio, titulado «Efectos físicos y psicológicos de un programa de ejercicio físico en pacientes intervenidos en cirugía bariátrica», participa una veintena de pacientes con edades comprendidas entre los 31 y los 60 años.

El programa, iniciado hace año y medio por docentes de la titulación de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la UMH, trabaja en dos líneas de investigación basadas en el entrenamiento físico y en técnicas de motivación al deporte.

Algunos de los resultados obtenidos tras los primeros seis meses del estudio de los pacientes han sido una pérdida de peso promedio de 17,65 kg, así como el aumento del consumo máximo de oxígeno y una mayor intención de practicar actividad física.

El investigador David González-Cutre Coll concreta que, aunque el estudio no está terminado, han observado que «se produce una reducción de peso en nuestros pacientes, aumento de la masa muscular, reducción de la

masa grasa y, a nivel psicológico, una motivación positiva hacia la actividad física, una mayor satisfacción hacia la vida, autoestima... por lo que se ven una serie de beneficios importantes».

La técnica aplicada consiste en la división de los participantes en dos grupos de diez personas que son sometidas a estudio durante seis meses.

Uno de los grupos, el experimental, está formado por los pacientes que entrenan bajo las directrices de profesores de la UMH y un técnico de apoyo, con un programa de actividad física dividido en varias sesiones de entreno. El segundo grupo, el de control, sigue las recomendaciones de ejercicio propuestas por el equipo médico aunque sin supervisión.

La idea es, además de motivar a los pacientes para continuar haciendo ejercicio una vez terminado el estudio, comparar el grupo experimental con el grupo control y comprobar las mejoras.

El estudio está financiado por la IV Convocatoria de Ayudas para la Realización de Proyectos de Investigación Deportiva Escuela de Estudios Universitarios Real Madrid-Universidad Europea de Madrid y en él colaboran los Grupos de Investigación en Comportamiento Motor y en Acondicionamiento Físico Saludable de la Universidad Miguel Hernández.