



CHANGES IN PHYSICAL ACTIVITY AND ALL-CAUSE MORTALITY IN COPD

Vaes AW, García-Aymerich J, Marott JL, *et al.*

Eur Respir J. 2014;44(5):1199-209

La gran mayoría de los pacientes afectados por EPOC no mantienen un régimen regular de actividad física, incluso entre aquellos con estadio leve/moderado de la enfermedad. La baja actividad física en estos pacientes conlleva una disminución en la función pulmonar, pérdida de masa muscular, hospitalización y un peor pronóstico, entre otras consecuencias. Sin embargo, en la actualidad se dispone de pocos datos que refieran el impacto del ejercicio físico sobre el riesgo de mortalidad en este tipo de pacientes.

Por otro lado, la gran mayoría de los estudios realizados hasta la fecha sólo reportan datos a un solo tiempo del estudio, descartando posibles errores debidos a la falta de sistematicidad de esta actividad a lo largo del tiempo. Algunos análisis han evaluado los cambios de la actividad física a lo largo del tiempo en pacientes con EPOC, disminuyendo en un 19-26%. La limitación común de los estudios previos consistió en no incluir controles adecuados (pacientes sin EPOC), con lo que no era posible determinar si los resultados se debían a la progresión de la enfermedad o al proceso de envejecimiento.

AW Vaes y cols en el número de noviembre del *European Respiratory Journal* (2014;44:1199-209), publicado recientemente, evalúan los cambios en los niveles de la actividad física en pacientes con y sin EPOC, así como, el impacto de dicha actividad sobre los riesgos de mortalidad en ambas poblaciones.

Dicho estudio abarcó un periodo de tiempo amplio (1976-2003) y contó con cuatro puntos de evaluación. En el estudio se incluyó a pacientes con al

menos dos evaluaciones consecutivas y tuvieron una media en el intervalo de seguimiento de 5 a 11 años; con una participación de 1.270 pacientes con EPOC y 8.734 pacientes en el grupo control. La actividad física fue evaluada a través de cuestionarios y clasificada como baja, moderada o alta.

Los resultados obtenidos en el estudio muestran que los pacientes con EPOC presentaban un menor nivel de actividad física en comparación con los del grupo control, con una mayor disminución del ejercicio en el tiempo. Los pacientes afectados por EPOC que disminuían su actividad física con el tiempo (alta/moderada a baja) presentaron un mayor riesgo de mortalidad con respecto a los que mantenían o incrementaban esta actividad (*hazard ratio* [HR] = 1,73, moderada a baja; HR = 2,35, alta a baja). Sin embargo, aquellos que al inicio del estudio tenían una baja actividad física, el incremento de la misma no se reflejó en un menor riesgo de muerte (HR = 0,83, baja a moderada; HR = 1,01, baja a alta). En el grupo control, en todos los casos (actividad física baja/moderada/alta), la disminución de la actividad al nivel bajo incrementó el riesgo de mortalidad, aunque de manera más atenuada que en los pacientes con EPOC.

Los autores concluyen el trabajo resaltando la importancia de fomentar la realización sistemática de ejercicio físico en este tipo de pacientes desde estadios muy tempranos de la enfermedad y mantener dicha actividad (a ser posible) en niveles altos durante todo el tiempo; lo que vinculan a un mejor pronóstico de la EPOC a largo plazo.