
**EFFECTO DE UN PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO HIGHLY CHALLENGING
BALANCE EN EL RENDIMIENTO FUNCIONAL Y LA AUTOEFICACIA AL CAER
EN PACIENTES CON ENFERMEDAD DE PARKINSON ESTADIO II Y III**

**MARILYN PATRICIA HONESTTY ALMUNA ABARZA
ELIZABETH ANDREA BRAVO OLIVARES
IGNACIO ALEJANDRO SILVA ROBLES
KINESIÓLOGO**

RESUMEN

Objetivo: Analizar los efectos del programa de entrenamiento Highly Challenging Balance (HB) en el Rendimiento Funcional y la Autoeficacia al caer en pacientes con Enfermedad de Parkinson Estadio II y III. Metodología: Estudio piloto cuasi-experimental, en el cual se conformó una muestra por conveniencia de 10 sujetos con EP estadio II y III. Se aplicó un programa de entrenamiento HB, de 8 semanas de duración, tres veces por semana, una hora cada sesión. Se evaluó rendimiento funcional a través de la prueba Arm curl Test, Sit to stand y test up and Go (TUG) de acuerdo con el protocolo del Senior Fitness Test (SFT). También se evaluó la sensación de autoeficacia al caer (Falls Efficacy Scale - International; FES-I), pre y post programa de entrenamiento. Resultados: Post entrenamiento se obtuvo un aumento significativo en el rendimiento de la prueba Arm Curl Test, Sit to stand y una disminución significativa del tiempo en el TUG. En relación a la autoeficacia al caer se observó cambios favorables en las categorías Bastante preocupado (BP) y Muy preocupado (MP). Conclusión: El entrenamiento de HB genera efectos positivos en el rendimiento funcional de MMSS y MMII, en el equilibrio dinámico y la sensación de autoeficacia al caer.