

INDICE

| | PÁGINA |
|--|---------------|
| I. Resumen | viii |
| II. Introducción | 1 |
| III. Objetivos | 4 |
| IV. Marco Teórico | |
| <i>ENFERMEDAD PULMONAR OBSTRUCTIVA CRÓNICA</i> | |
| 1. Definición e historia de la EPOC | 5 |
| 2. Panorama epidemiológico de la EPOC en Chile | 6 |
| 3. Patogénesis de la EPOC | 10 |
| 4. Oxidación y marcadores pro-inflamatorios | 14 |
| 5. Fisiopatología de la disfunción muscular | 16 |
| 6. Ejercicio físico en la EPOC | 20 |
| V. Materiales y Métodos | |
| 1. Diseño de Investigación | 23 |
| 2. Tipo de Estudio | 23 |
| 3. Población de Estudio | 23 |
| 4. Muestra | 24 |
| 5. Variables | 24 |
| 6. Instrumentos de recolección de datos | 25 |
| 7. Procedimiento | 27 |
| 8. Análisis Estadístico | 36 |
| VI. Resultados | 38 |
| VII. Discusión | 49 |
| VIII. Conclusión | 52 |

| | |
|---|----|
| IX. Bibliografía | 54 |
| X. Apéndices | |
| ▪ Apéndice 1. Consentimiento Informado | 58 |
| ▪ Apéndice 2. Indicaciones Test de marcha 6 minutos | 59 |
| XI. Anexos | |
| ▪ Anexo 1. Cuestionario de calidad de vida St. George | 61 |
| ▪ Anexo 2. Protocolo Test de marcha 6 minutos | 71 |
| ▪ Anexo 3. Hoja de registro Test de Marcha 6 minutos | 74 |

INDICE DE FIGURAS

| | PÁGINA |
|---|---------------|
| Figura 1. Diferencia entre un bronquio normal y un bronquio y uno inflamado producto de un infiltrado inflamatorio | 12 |
| Figura 2. Comparación entre un alveolo normal y uno con enfisema | 13 |
| Figura 3. Porcentajes de los sujetos según variable sexo | 38 |
| Figura 4. Estado nutricional de la población | 40 |
| Figura 5. Grado de obstrucción de las vías aéreas (VEF1) | 41 |
| Figura 6. Distribución de medicamentos | 42 |
| Figura 7. Metros recorridos pre y post entrenamiento | 43 |
| Figura 8. Puntaje ítem síntomas pre y post entrenamiento | 45 |
| Figura 9. Puntaje ítem impacto pre y post entrenamiento | 46 |
| Figura 10. Puntaje ítem actividades pre y post entrenamiento | 48 |

INDICE CUADROS

| | PÁGINA |
|---|--------|
| Cuadro 1. Prevalencia de síntomas respiratorios | 7 |
| Cuadro 2. Prevalencia de enfermedad pulmonar respiratoria crónica | 7 |
| Cuadro 3. Consumo de tabaco | 8 |
| Cuadro 4. Motivos de abstinencia de tabaco | 9 |
| Cuadro 5. Realización de actividad física | 9 |
| Cuadro 6. Causas de ausencia de actividad física | 10 |
| Cuadro 7. Descripción antropométrica de la población | 39 |
| Cuadro 8. Valores pre y post entrenamiento, metros recorridos | 42 |
| Cuadro 9. Resultados de la Prueba t para muestras relacionadas, metros recorridos | 43 |
| Cuadro 10. Valores “síntomas” pre y post intervención | 44 |
| Cuadro 11. Resultados Prueba t para muestras relacionadas, síntomas | 44 |
| Cuadro 12. Valores “impacto” pre y post intervención | 45 |
| Cuadro 13. Resultados Prueba t para muestras relacionadas, impacto | 46 |

| | |
|--|----|
| Cuadro 14. Valores “actividades” pre y post intervención | 47 |
| Cuadro 15. Resultados Prueba t para muestras relacionadas, actividades | 47 |