ESTUDIO CLÍNICO - UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS.

EFECTOS DEL EJERCICIO FÍSICO SOBRE PARÁMETROS DE LA MARCHA EN LA ENFERMEDAD DE PARKINSON.

¿Quiénes somos?
Somos un grupo de investigación interdisciplinar de la Universidad Rey Juan Carlos, formado por Doctores en Ciencias de la Actividad Física y Deporte, Neurólogos, Psicólogos y Fisioterapeutas con más de 15 años de experiencia trabajando con personas con Parkinson.

Más información: https://www.neurocontrolmotor.com/ejercicio-y-parkinson

¿Por qué te puede interesar participar en este estudio?
La capacidad de andar en personas que padecen la enfermedad de Parkinson se va deteriorando paulatinamente con la progresión de la enfermedad. Las dificultades al andar constituyen uno de los problemas que más afectan a su calidad de vida.

¡Con este ensayo clínico buscamos mejorar su capacidad de andar!

¿Cuál es el objetivo del estudio?
El objetivo del estudio es evaluar los efectos de dos tipos de intervención con ejercicio físico (caminar sobre un tapiz rodante vs. pedalear en un cicloergómetro), sobre la capacidad funcional para caminar. Concretamente, queremos conocer los efectos generales de ambos tipos de intervención, así como la magnitud e incidencia específica que cada uno de ellos ejerce sobre diferentes parámetros de la marcha.

¿Quién puede participar?
Todas aquellas personas diagnosticadas con Parkinson idiopático y:

- **No** necesite ayudas externas para andar (como por ejemplo andador, bastón, etc…)
- **No** presente episodios de bloqueo o "congelación".
- **No** tenga ninguna afectación cardiovascular.
- **No** haya sido intervenido quirúrgicamente de la enfermedad de Parkinson.
- **No** tenga ninguna otra afectación neurológica.

¿En qué consiste mi participación?
Si está interesado/a en participar, usted realizará un programa de ejercicio físico supervisado durante 6 semanas (4 días/semana). Además, antes y después del programa de ejercicio físico, los investigadores evaluarán los síntomas de la enfermedad, las capacidades motoras y cognitivas para conocer el alcance de la intervención.

Los participantes serán distribuidos de manera aleatoria en **dos grupos de intervención**:

- *Grupo Tapiz*: Realizará un programa de ejercicio físico consistente en caminar sobre tapiz rodante.
- *Grupo Cicloergómetro:* Realizará un programa de ejercicio físico consistente en pedalear en un cicloergómetro (bicicleta estática).

En ambos grupos de intervención, el **programa de ejercicio físico** comenzará con una duración total de 20 minutos por sesión, con pausas suficientes para que no haya fatiga. Cada semana se irá aumentando unos 5 minutos el tiempo de entrenamiento. Se estima que la duración máxima de la sesión sea de 1 hora. Durante el entrenamiento, se monitorizará la frecuencia cardíaca para asegurarnos que la intensidad del esfuerzo es baja/moderada.

Las **evaluaciones** que se realizarán de manera previa y posterior a la implementación del programa de ejercicio físico consistirán en:

- Una evaluación motora de la capacidad funcional para caminar considerando diferentes parámetros específicos de la marcha.
- Una evaluación clínica realizada por un neurólogo, consistente en una serie de escalas para conocer el estado y sintomatología de la enfermedad.
- Una evaluación cognitiva consistente en resolver una serie de tareas/problemas en un ordenador.

También se realizará un **examen médico general**, por parte de un médico especialista, para garantizar que pueden realizar ejercicio físico de baja intensidad.

Se estima que se necesitarán dos sesiones de una hora cada una para estas evaluaciones (aunque es posible que por cuestiones organizativas pueda reducirse a una única sesión de mayor duración).

LUGAR DE REALIZACIÓN DEL ESTUDIO:

Tanto los entrenamientos como las evaluaciones se realizarán en las instalaciones de la **Universidad Rey Juan Carlos (Campus de Fuenlabrada),** Camino del Molino nº5, Fuenlabrada, Madrid.

CALENDARIO ESTIMADO:

- Evaluación inicial: 18 - 29 abril 2022 (2 sesiones de 1h de duración).

- Programa de ejercicio físico: 3 mayo – 10 junio 2022 (4 sesiones/semana durante 6 semanas). Las sesiones se realizarán de lunes a viernes, eligiendo el participante los días y el horario preferido (de 10:00 a 14:00h; de 16:00 a 20:00h), aunque por cuestiones organizativas es posible que haya que realizar algún ajuste.

- Evaluación final: 13 – 24 junio 2022 (2 sesiones de 1h de duración).

NOTAS IMPORTANTES:

- Durante la duración del estudio, es necesario que el participante **mantenga sus hábitos diarios habituales**. Esto incluye el seguir realizando todas aquellas terapias que viene haciendo regularmente.
- Desde 3 semanas antes del inicio del estudio hasta la finalización de la última evaluación, **NO se debe de realizar cambios en la medicación**. A no ser que sea estrictamente necesario e indicado por su neurólogo. Si durante este tiempo tiene cita con su neurólogo, rogamos nos lo indique.

CONTACTO:

- **Teléfono:** 914884696.
  Llámenos y pregunte por Antonio Luque Casado o Miguel Fernández del Olmo.

- **Correo electrónico:** También puede enviarnos un e-mail a:
  antonio.luque@urjc.es / miguel.delolmo@urjc.es.

¡Nos pondremos en contacto con usted y le daremos todos los detalles del estudio!