

canalSALUD

STADA

ABONADOS Buscar...

PARA LAS ENFERMEDADES COMUNES

## El ejercicio, potencialmente tan eficaz como muchos de los medicamentos

### Directorio

- Estados Unidos
- Escuela Económicas Londres
- Reino Unido

... Comentar

Enviar

Kindle

Tamaño: A A A

### Compartir

GOOGLE +

FACEBOOK

TWITTER

MENÉAME

TUENTI

LINKEDIN



MADRID, 2 Oct. (EUROPA PRESS) -

Investigadores de la Escuela de Económicas de Londres, en Reino Unido; el Instituto de Cuidados de la Salud de la Escuela de Medicina de Harvard, en Cambridge, Massachusetts, y la Universidad de Stanford, en Palo Alto, California, Estados Unidos, aconsejan que el ejercicio sea considerado como una alternativa viable a o junto a la terapia con medicamentos, puesto que es potencialmente igual de eficaz para enfermedades comunes.

Estos científicos compararon la efectividad del ejercicio con los fármacos sobre la mortalidad en cuatro condiciones: prevención secundaria de la cardiopatía coronaria, la rehabilitación del accidente cerebrovascular, el tratamiento de la insuficiencia cardíaca y la prevención de la diabetes. La prevención secundaria se refiere al tratamiento de los pacientes con la enfermedad existente antes de que cause una enfermedad significativa.

Se analizaron los resultados de 305 ensayos controlados aleatorios con 339.274 personas y no encontraron diferencias estadísticamente detectables entre el ejercicio y las intervenciones farmacológicas para la prevención secundaria de la enfermedad cardíaca y la prevención de la diabetes.

Entre los pacientes con ictus, el ejercicio era más efectivo que el tratamiento con medicamentos, mientras que para la insuficiencia cardíaca, los diuréticos fueron más efectivos que el ejercicio y todos los otros tipos de tratamiento con medicamentos. Los autores señalan que la cantidad de pruebas sobre los beneficios del ejercicio en la mortalidad es considerablemente menor que los de las drogas, lo que puede haber tenido un impacto en sus resultados.

A su juicio, este "punto ciego" en la evidencia científica disponible "evita a los prescriptores de medicamentos y a los pacientes comprender las circunstancias clínicas en las que las drogas pueden proporcionar sólo

canalSALUD

STADA

más salud, más vida

SAR QUAVITAE

Encuentro Informativo **europa press**  
**BARÓMETRO DEL CUIDADO DEL PACIENTE CON ALZHEIMER EN ESPAÑA**

know Alzheimer  
 Respuestas concretas a dudas reales

CHANCE FAMOSOS Y MODA

DEPORTES

una mejoría modesta pero el ejercicio puede producir avances más profundos y sostenibles en materia de salud".

A pesar de esta incertidumbre, los autores del estudio subrayan, en base a los datos disponibles, que la actividad física es "potencialmente tan eficaz" como muchas de las intervenciones farmacéuticas, por lo que piden más estudios para abordar la disparidad entre la evidencia sobre el ejercicio y un tratamiento a base de medicamentos.

"En los casos en que las opciones de medicamentos proporcionan sólo un modesto beneficio, los pacientes merecen entender el impacto relativo que la actividad física puede tener sobre su condición", concluyen los autores de este análisis, publicado en 'British Medical Journal'.

Seguir a @EP\_salud

15.5K seguidores



Más Leídas

Más Noticias

1. [Hasta 80 euros tendrán que pagar al mes los enfermos de hepatitis por sus tratamientos, de aplicar el nuevo copago](#)
2. [Medicamentos para la presión arterial pueden ayudar en tratamiento del cáncer](#)
3. [El ejercicio, potencialmente tan eficaz como muchos de los medicamentos](#)