2. Características de las intervenciones realizadas en los ensayos clínicos revisados.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Estudio | Intervención | Frecuencia | Duración |
| Thompson y cols. (7) | Ejercicio Aeróbico: Cada sesión incluyó 5 minutos de puesta a punto y de vuelta a la calma en el cicloergómetro a una intensidad entre 9 y 11 en escala de Borg. el protocolo fue pedaleo constante durante 15 minutos con progresión de 2.5 minutos cada semana. se ajustó la resistencia para lograr la intensidad objetivo de 12 a 14 en escala de Borg. | No describe | 12 semanas |
| Paglialonga y cols. (9) | 30 minutos sesiones de ejercicio intradiálisis utilizando un cicloergómetro | Dos a tres veces a la semana | 3 meses. |
| Smart and Steele. (10) | Estudios en población en hemodiálisis regular, intervención con ejercicio vs no ejercicio o comparando diferentes tipos de ejercicio | No describe | no describe |
| Oh Park y cols. (11) | Ejercicio de cicloergómetro y fortalecimiento de los extensores de la rodilla | 2-3 veces por semana | 3 meses |
| Bohm y cols. (13) | Ejercicio con cicloergómetro durante la diálisis (14 ensayos clínicos controlados aleatorizados) durante la primera hora a los primeros 90 minutos. Intensidad entre el 40% - 60% del VO2 pico o entre el 50% y 85% de la frecuencia cardiaca máxima | 2 - 3 veces por semana | Entre 6 - 40 semanas |
| Segura-Orti. (14) | Se revisaron 14 estudios, con intervenciones principalmente de ejercicio cardiovascular y en algunos estudios combinados ejercicios aeróbicos y de fuerza. La intensidad del ejercicio varió entre el 50 y el 80% del VO2 pico ó de la Frecuencia Cardiaca Máxima principalmente. | 3 veces por semana | Entre 2 meses y 4 años (90% de los estudios con duración entre 3 y 6 meses) |
| V. Esteve Simo y cols. (15) | Ejercicio físico adaptado mediante pelotas medicinales, pesas, bandas elásticas y cicloergómetro en las primeras 2 horas de hemodiálisis. | No describe | 12 semanas |
| Olvera Soto y cols.(16) | Ejercicio de fuerza durante las sesiones de hemodiálisis con pesas de tobillo y bandas | 2 veces por semana | 12 semanas |
| Estudio | **Intervención** | **Frecuencia** | **Duración** |
| Parsons and King Val Vlack. (17) | Ejercicio de baja y moderada intensidad, medidos por % de VO2 pico, Frecuencia cardiaca máxima y BORG. Mayoría de ejercicio cardiovascular en cicla, algunos programas combinados con fuerza | 2-3 veces por semana | 6, 8 y 12 semanas |
| Mustata y cols (18) | Mustata y cols, ejercicio intradialítico con bicicleta (11 pacientes) | 2 veces por semana | 3 meses |
| Konstantinidou y cols (19) | Konstantinidou y cols, 3 programas de rehabilitación: interdialítico, intradialítico y plan casero no supervisado con 1 hora de duración. (7 pacientes) | 3 veces por semana | No describe |
| Leaf y cols (20) | Leaf y cols, entrenamiento físico de antebrazo con contracción isométrica de brazo (5 pacientes) | no describe | 6 semanas |
| Headley y cols (21) | Headley y cols, entrenamiento de fuerza para miembros superiores con circuitos con máquinas. (10 pacientes) | no describe | 12 semanas |
| Kouidi y cols (22) | Kouidi y cols (2004), ejercicio aeróbico interdialítico e intradialítico (48 pacientes) | 3 veces por semana | 4 años |
| Kouidi y cols (23) | Kouidi y cols (1998), entrenamiento aeróbico, natación o juegos con bola. | 3 veces por semana | 6 meses |
| Storer y cols (24) | Storer entrenamiento de resistencia(20 pacientes) | 3 veces por semana | 9 semanas |
| Painter y cols (26) | Painter y cols, caminata, flexibilidad y fuerza en casa sin supervisión y ejercicio en cicloergómetro durante la diálisis (286 paciente) | 3-4 veces por semana | no describe |
| Macdonald y cols (27) | Macdonald y cols, entrenamiento intervalado de alta intensidad y ejercicio de fuerza para hipertrofia muscular (9 pacientes) | No describe | 3 meses |