




POWER breathe[®]

r e s p i r a c i ó n



**POWER
breathe[®]**

"Para aquellos que quieren respirar mas facilmente,
los asmaticos que quieren respirar mejor y
reducir una ingesta de medicamentos"

BioLaster 

Plaza Bazkardo 1 | 20140 Andoain (Gipuzkoa)
Tel.: 639 61 94 94 | Fax: 943 69 37 29
www.biolaster.com

Salud



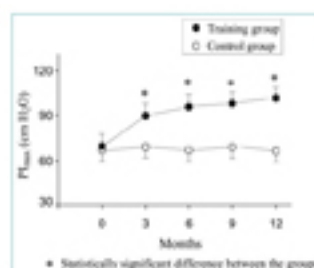
POWERbreathe Salud

La utilización sistemática del POWERbreathe Salud, supone un entrenamiento de la musculatura inspiratoria que va a traer consigo mejoras significativas en la respiración, tanto en las personas sedentarias y saludables, como en aquellas personas afectadas por procesos respiratorios crónicos, como la Bronconeumopatía Crónica Obstructiva (BNCO), la Fibrosis cística,...



Esta mejora significativa tiene también un soporte científico. Existen en la literatura científica diversos estudios en los que se objetivan mejoras en la disnea y en la calidad de vida mediante el entrenamiento de la musculatura inspiratoria, pero vamos a mostrar unos datos basados en un estudio publicado en la revista Chest titulado "Los efectos de 1 año de entrenamiento específico de la musculatura inspiratoria en pacientes con BNCO" realizado por M. Beckerman y colaboradores. Hemos querido utilizar los datos de este artículo porque está realizado con el POWERbreathe, porque está realizado con personas afectas de Bronconeumopatía Crónica Obstructiva (con evidencia espirométrica de limitación crónica al flujo de aire) y porque es un estudio doble ciego, donde se comparan los resultados de un grupo que realiza entrenamiento inspiratorio en relación a un grupo control.

En dicho estudio el entrenamiento respiratorio consistía en 2 sesiones de 15 minutos al día, seis días por semana durante 12 meses. El grupo de entrenamiento realizaba los ejercicios con un aparato POWERbreathe en el que iban aumentando la resistencia según avanzaba el estudio, mientras que el grupo control realizaba el mismo ejercicio con un aparato que no ofrecía casi resistencia.

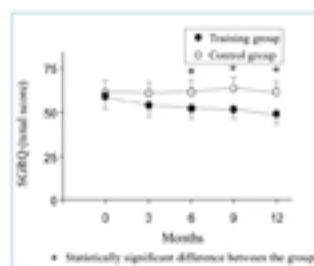
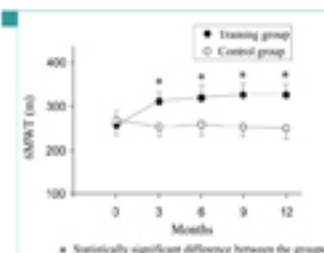


Aumento de la Presión Inspiratoria Máxima (PI_{Max})

Dentro de los resultados, se aprecia un aumento significativo de la Presión Inspiratoria Máxima, lo que es un reflejo claro del aumento de la fuerza muscular de los músculos inspiratorios. En la imagen adjunta se aprecia un aumento significativo en el grupo de entrenamiento a partir de los 3 meses de comenzado el estudio y continua mejorando a lo largo de todo el período de entrenamiento. Por contra, el grupo control no tuvo ninguna mejora.

Mejora de la Condición Física

Para valorar la condición física, los pacientes realizaban el llamado 6MWT que consiste en recorrer la máxima distancia posible en 6 minutos. En la imagen adjunta se observa la mejora significativa de la distancia recorrida en 6 minutos que se da en el grupo de pacientes que realizan entrenamiento de la musculatura inspiratoria, mientras que no hay diferencias en el grupo control. Hay que significar, que si bien se produce una mejora importante en los 3 primeros meses de entrenamiento, la mejora (aunque pequeña como es lógico) se mantiene durante los 12 meses del estudio.



Mejora de la calidad de vida

Para valorar la calidad de vida de los pacientes, utilizaron un cuestionario respiratorio y al comienzo, la puntuación en ambos grupos (entrenamiento y control) fue similar, mientras que a lo largo del estudio fue mejorando en el grupo entrenamiento, siendo la diferencia estadísticamente significativa a partir del sexto mes de entrenamiento.

"El entrenamiento de los músculos de la inspiración

MEJORA las funciones pulmonares y
REDUCE LA DISNEA

del esfuerzo de los sujetos que sufren de **Asma**

u **otra patología respiratoria** (BNCO, Fibrosis cística...)"

POWER
breathe

BioLaster

