

BENEFICIOS COGNITIVOS Y CONDUCTUALES DE LA PRÁCTICA DEL GOLF EN LA ENFERMEDAD DE PARKINSON

Carmen García-Sánchez_{1,2}, Caterina del Mar Bonnin₁, Berta Pascual-Sedano_{1,2,3}, Marco Calabria₃, Marina del Carmen Estévez García₂, Alex Gironell_{1,3}, Juan A. Aibar Duran₄ & Jaime Kulisevsky₁.

¹ Servicio de Neurología. Hospital de la Santa Creu i Sant Pau (Barcelona). ² Departamento de Medicina (UAB). ³ Facultad de ciencias de la Salud (UOC). ⁴ Servicio de Neurocirugía. Hospital de la Santa Creu i Sant Pau.

Introducción:

La práctica regular de actividad física ha demostrado ser eficaz en la reducción del riesgo de desarrollar demencia, se asocia con una menor incidencia de la enfermedad de Parkinson (EP) y contribuye a mejorar la severidad de los síntomas motores y la calidad de vida de los pacientes. En este contexto, el golf se presenta como una modalidad deportiva especialmente adecuada para personas con EP.

Objetivo:

Analizar los beneficios cognitivos y conductuales de la práctica del golf en pacientes con enfermedad de Parkinson.

Método:

Participaron 11 pacientes con EP (4 mujeres y 7 hombres; edad media: $57,7 \pm 6,7$ años; nivel educativo medio: $12 \pm 3,2$ años). Todos ellos fueron evaluados antes y después de un programa de práctica de golf de 12 semanas consecutivas, con una frecuencia de 1,5 horas por semana.

	ANTES DEL GOLF	DESPUÉS DEL GOLF	SIGNIFICANCIA
MOCA	$25,43 \pm 1,98$	$26,57 \pm 1,71$	NS
PDCRS	$27,75 \pm 2,4$	$28,75 \pm 1,83$	NS
CORTICAL			
PCRS	$59,63 \pm 18,4$	$71,63 \pm 14,56$	NS
SUBCORTICAL			
PDCRS TOTAL	$90,38 \pm 15,9$	$100,38 \pm 15,36$	NS
FONÉTICA	$15,56 \pm 4,64$	$15,89 \pm 6,13$	NS
SEMÁNTICA	$20,11 \pm 4,93$	$22,22 \pm 6,92$	NS
TRAIL A	$32,56 \pm 19,41$	$33,33 \pm 15,85$	NS
TRAIL B	$113,89 \pm 44,6$	$88,67 \pm 46,6$	0,37
RECUERDO	$42,00 \pm 7$	46 ± 10	NS
TOTAL			
HADS A	$4,89 \pm 2,4$	$3,67 \pm 2,5$	0,47
HADS D	$4,89 \pm 3,48$	$3 \pm 3,6$	0,12
DEX TOTAL	$16 \pm 33 \pm 9,4$	$17 \pm 9,22$	NS
APATÍA	$12 \pm 38 \pm 5,85$	$8,63 \pm 4,09$	NS

La evaluación cognitiva incluyó la escala de Montreal (MoCA) y la escala cognitiva para Parkinson (PD-CRS). La memoria fue medida con el test TAVEC, y las funciones ejecutivas mediante tareas de fluidez verbal, Trail Making Test parte B y el test de Stroop. El perfil conductual fue valorado con el cuestionario DEX (síndrome disexecutivo), HADS (ansiedad y depresión), SHAPS (placer), la escala de apatía de Starkstein y la escala de calidad de vida PDQ-39. En la evaluación post tratamiento se utilizaron versiones paralelas del MoCA y TAVEC.



Resultados:

Se observaron mejoras en todas las pruebas aplicadas. Se detectaron una reducción significativa de los niveles de ansiedad y depresión ($p < .05$), así como una reducción significativa en el tiempo de ejecución del Trail Making Test B, lo que indica una mejora en la función ejecutiva.

Conclusiones:

Los hallazgos destacan una reducción significativa de la ansiedad y la depresión, así como una mejora en la flexibilidad cognitiva. Estos resultados sugieren que el golf puede ser una herramienta terapéutica complementaria eficaz para mejorar el bienestar emocional y la función ejecutiva. Se recomienda continuar investigando con muestras más amplias y seguimiento a largo plazo para consolidar estos hallazgos.

Bibliografía: Bliss RR, Church FC. Golf as a Physical Activity to Potentially Reduce the Risk of Falls in Older Adults with Parkinson's Disease. Sports (Basel). 2021 May 23;9(6):72. doi: 10.3390/sports9060072 . PMID: 34070988; PMCID: PMC8224548.