

8 UNA INTERVENCIÓN DUAL FÍSICA Y NUTRICIONAL SIMULTÁNEA MEJORA LA FRAGILIDAD EN PACIENTES CON CIRROSIS ALISTADOS PARA TRASPLANTE HEPÁTICO: ENSAYO ALEATORIZADO CONTROLADO.

congastro2025-8

Carlos Benítez¹, Catalina Barros², Diego Reyes², Catalina Grandy², Isidora Thomas³, Nicolás Lavados⁴, Nicole Kim², Anny Gálvez⁵, Silvana Valdés⁶, Soledad Contreras⁵, Roberto Candía¹. ¹Departamento de Gastroenterología, Escuela de Medicina, Pontificia Universidad Católica de Chile. ²Escuela de Medicina, Pontificia Universidad Católica de Chile. ³Escuela de Medicina, Universidad de Santiago de Chile. ⁴Escuela de Medicina, Universidad de Chile. ⁵Red de Salud UC-Christus. ⁶Departamento de Nutrición y diabetes. Escuela de Medicina, Pontificia Universidad Católica de Chile.

Introducción

La fragilidad se asocia a un aumento en la morbilidad y mortalidad de los pacientes con cirrosis. Hasta la fecha no existe una estrategia terapéutica específica recomendada para revertirla en estos pacientes por lo que se diseñó una estrategia dual.

Métodos

Pacientes con un Liver Frailty Index (LFI) > 3,2 se aleatorizaron a un grupo control (consejería estándar en ejercicio y nutrición) o a un grupo de intervención (supervisado por kinesiólogo y nutricionista) y se evaluó su impacto en el LFI tras 12 semanas. Según el LFI los pacientes fueron clasificados como frágiles o prefrágiles.

Resultados

Se incluyeron 66 pacientes (34 en el grupo control y 32 en el grupo de intervención), edad media de 59,3 ± 8,8 años, 51,5% hombres. Principales etiologías: MASLD (40,9%), ALD (15,2%), MetALD (6,1%), CBP (6,1%) y hepatitis autoinmune (4,5%). Características basales: MELD-Na 17,2 ± 5, clasificación de Child-Pugh A/B/C 13,6%/57,6%/28,8%, sodio 137 ± 3 mEq/L, creatinina 0,8 ± 0,3 mg/dL, bilirrubina 3,3 ± 3 mg/dL, INR 1,5 ± 0,4, albúmina 3,3 ± 0,5 g/dL, LFI 4,23 ± 0,5, frágiles/prefrágiles (%) 34,8/65,2.

Tras 12 semanas, se observó una mejoría significativa en el LFI en el grupo intervención en comparación con el grupo control (?LFI 0,40 vs ?LFI 0,14; p = 0,02). Llamativamente, hubo una significativa reducción en la proporción de pacientes frágiles en el grupo intervención (28,1% vs 8,8%; p = 0,02).

Conclusión

Este estudio demuestra que una intervención dual específicamente diseñada mejora significativamente la fragilidad en pacientes con cirrosis.

