



**Biblioteca
Cochrane**

Base de Datos **Cochrane** de Revisiones Sistemáticas

Yoga como parte de un paquete de atención versus la atención habitual para la esquizofrenia (Revisión)

Broderick J, Vancampfort D

Broderick J, Vancampfort D.

Yoga as part of a package of care versus standard care for schizophrenia

(Yoga como parte de un paquete de atención versus la atención habitual para la esquizofrenia).

Cochrane Database of Systematic Reviews 2017, Issue 9. Art. No.: CD012145.

DOI: [10.1002/14651858.CD012145.pub2](https://doi.org/10.1002/14651858.CD012145.pub2).

www.cochranelibrary.com/es

Yoga como parte de un paquete de atención versus la atención habitual para la esquizofrenia (Revisión)

Copyright © 2018 The Cochrane Collaboration. Publicada por John Wiley & Sons, Ltd.

WILEY

[Revisión de intervención]

Yoga como parte de un paquete de atención versus la atención habitual para la esquizofrenia

Julie Broderick¹, Davy Vancampfort²¹Discipline of Physiotherapy, Trinity Centre for Health Sciences, Dublin, Ireland. ²Department of Rehabilitation Sciences, Katholieke Universiteit Leuven, Leuven, Belgium**Contacto:** Julie Broderick, Discipline of Physiotherapy, Trinity Centre for Health Sciences, St James's Hospital, Dublin, Ireland. julie.broderick@tcd.ie, BRODERJU@tcd.ie.**Grupo Editorial:** Grupo Cochrane de Esquizofrenia.**Estado y fecha de publicación:** Editada (sin cambios en las conclusiones), publicada en el número 8, 2018.**Referencia:** Broderick J, Vancampfort D. Yoga as part of a package of care versus standard care for schizophrenia (Yoga como parte de un paquete de atención versus la atención habitual para la esquizofrenia). *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2017, Issue 9. Art. No.: CD012145. DOI: [10.1002/14651858.CD012145.pub2](https://doi.org/10.1002/14651858.CD012145.pub2).

Copyright © 2018 The Cochrane Collaboration. Publicada por John Wiley & Sons, Ltd.

RESUMEN

Antecedentes

El yoga es una práctica espiritual antigua que se originó en la India y actualmente se acepta en el mundo occidental como una forma de relajación y ejercicio. Ha sido de interés determinar la eficacia del yoga proporcionado a los pacientes con esquizofrenia como parte de un paquete de atención versus la atención habitual.

Objetivos

Examinar los efectos del yoga como parte de un paquete de atención versus la atención habitual.

Métodos de búsqueda

Se hicieron búsquedas en el registro de ensayos del Grupo Cochrane de Esquizofrenia (Cochrane Schizophrenia Group) (fecha más reciente 30 marzo 2017) que se basa en búsquedas regulares en MEDLINE, PubMed, Embase, CINAHL, BIOSIS, AMED, PsychINFO y en registros de ensayos clínicos. Se realizaron búsquedas en las referencias de todos los estudios incluidos. No hay limitaciones de idioma, fecha, tipo de documento o estado de publicación para la inclusión de los archivos en el registro.

Criterios de selección

Todos los ensayos controlados aleatorios (ECA) que incluyeron pacientes con esquizofrenia y que compararon el yoga como parte de un paquete de atención versus un control atención habitual.

Obtención y análisis de los datos

Los autores de la revisión, de forma independiente, seleccionaron los estudios, calificaron su calidad y extrajeron los datos. Para los resultados binarios, se calculó la diferencia de riesgos (DR) y su intervalo de confianza (IC) del 95%; el análisis fue de intención de tratar. Para los datos continuos se calculó la diferencia de medias (DM) entre los grupos y su IC. Para los análisis se emplearon los modelos de efectos mixtos y de efectos fijos. Se examinó la heterogeneidad (técnica I²), se evaluó el riesgo de sesgo de los estudios incluidos y se crearon las tablas "Resumen de los hallazgos" mediante GRADE (Grading of Recommendations Assessment, Development and Evaluation).

Resultados principales

Se incluyen tres estudios en esta revisión. Todos los resultados fueron a corto plazo (menos de ocho semanas). Se informaron datos utilizables para dos resultados solamente; abandono temprano del estudio y calidad de vida. Hubo cierta evidencia que favoreció al yoga como parte de un paquete de atención en las puntuaciones finales de calidad de vida (un ECA, n = 80, DM 22,93; IC 19,74 a 26,12; evidencia

de baja calidad). Los datos del abandono temprano del estudio fueron ambiguos entre los grupos de tratamiento (tres ECA, n = 193; DR 0,06; IC: -0,01 a 0,13; evidencia de calidad moderada, heterogeneidad alta). En general, en esta revisión falta un número excesivo de resultados clave, que incluyen el estado mental y general, el funcionamiento social, la salud física, los efectos adversos y los costos de la atención.

Conclusiones de los autores

En esta revisión se incluyó un escaso número de estudios pequeños que carecían de muchos resultados clave. Los escasos datos impiden establecer con algún grado de confiabilidad que el yoga proporcionado como parte de un paquete de atención tiene efectos beneficiosos en comparación con la atención habitual.

RESUMEN EN TÉRMINOS SENCILLOS

Yoga como parte de un paquete de atención versus la atención habitual para la esquizofrenia

Pregunta de la revisión

¿El yoga, proporcionado como parte de un paquete más grande de atención, es efectivo para los pacientes con esquizofrenia en comparación con la atención habitual?

Antecedentes

El yoga incluye posturas físicas y ejercicios respiratorios para promover el equilibrio entre la mente y el cuerpo. En la actualidad, el yoga se ha adoptado ampliamente como método de relajación y ejercicio para la reducción del estrés, así como para la promoción de la salud y la sensación de bienestar. La esquizofrenia es una enfermedad mental en que los pacientes presentan síntomas como oír voces que no existen, una respuesta emocional deficiente y retraimiento social. A menudo la esquizofrenia afecta a los pacientes durante períodos prolongados de la vida y se trata principalmente mediante fármacos antipsicóticos. Sin embargo, estos fármacos no siempre son completamente efectivos y algunos estudios de investigación indican que el yoga como un tratamiento complementario podría tener efectos beneficiosos y ayudaría a mejorar la calidad de vida de los pacientes con esquizofrenia. El yoga se puede combinar con otras terapias como el asesoramiento psicológico u otras formas de ejercicios en un "paquete de atención".

Características de los estudios

En esta revisión fue posible incluir solamente tres estudios a corto plazo (con una duración de ocho semanas) que asignaron al azar a pacientes con esquizofrenia a recibir sesiones de yoga como parte de un paquete de atención o a la atención habitual. El yoga se combinó con arte dramático, música y baile en un estudio y con una sesión motivacional y de retroalimentación en otro estudio. El estudio final incluido en esta revisión combinó el yoga con asesoramiento y una sesión interactiva de preguntas y respuestas. La contribución relativa del yoga no se esbozó claramente en estos estudios. Estos estudios se encontraron mediante búsqueda electrónica en el registro del Grupo Cochrane de Esquizofrenia (Cochrane Schizophrenia Group) en marzo de 2017. Durante los ensayos, todos los participantes se mantuvieron con el tratamiento antipsicótico prescrito.

Resultados clave

Los estudios de esta revisión no analizaron muchos resultados importantes como el funcionamiento mental, físico y social, los efectos adversos ni las consideraciones económicas. Se pueden haber producido algunos cambios pequeños en la calidad de vida a favor del yoga como parte de un paquete de atención, pero en general no hubo evidencia suficiente y de buena calidad en esta revisión para afirmar de manera consistente que se debe prescribir el yoga como parte de un paquete de atención de forma complementaria a la atención habitual para la esquizofrenia.

Calidad de las pruebas

La evidencia era limitada y débil. El número de estudios incluidos fue pequeño y sólo se informó el seguimiento a corto plazo para dos resultados. Con frecuencia, la esquizofrenia es una enfermedad a largo plazo y se necesitan ensayos adicionales más grandes y a largo plazo que se centren en resultados importantes.