

# Impactul exercițiilor isokinetice asupra calității vieții la pacienții cu osteoporoză primară

**Laszlo Irsay, Andreea Diana Nitu, Rodica Ungur, Monica Borda, Viorela Ciorte, Ioan Onac**

*Universitatea de Medicină și Farmacie „Iuliu Hațieganu”, Cluj-Napoca, Catedra de Balneofizioterapie și Recuperare Medicală*

## **Rezumat**

*Premize.* Osteoporoza este o boală frecventă cu impact socio-economic crescut și care alterează calitatea vieții.

*Obiective.* Urmărirea calității vieții la pacienții cu osteoporoză primară, după aplicarea unui antrenament isokinetic pentru membrele inferioare.

*Metode.* Studiul s-a desfășurat la Spitalul Clinic de Recuperare, Cluj-Napoca, în perioada aprilie 2009-martie 2010, pe un lot format din 30 de pacienți cu osteoporoză primară. Pacienții au fost evaluați din punct de vedere al calității vieții, folosind chestionarul QUALEFFO-41 (Quality of Life Questionnaire of the European Foundation for Osteoporosis) în prima zi de tratament și în ziua a 12-a. S-a aplicat un set standardizat de exerciții de isokinetism pentru membrele inferioare, având același protocol zilnic pentru toți pacienții.

*Rezultate.* În urma antrenamentului isokinetic am obținut rezultate semnificative statistice ( $p < 0,05$ ) în toate cele 7 domenii ale chestionarului folosit.

*Concluzii.* Antrenamentul isokinetic, chiar de durată scurtă, poate fi folosit pentru ameliorarea calității vieții la pacienții cu osteoporoză primară, cu complianță foarte bună și riscuri minime de leziuni. Limitarea metodei este dată de aparatura scumpă și accesibilitatea redusă pentru cei din mediul rural.

**Cuvinte cheie:** antrenament isokinetic, osteoporoză, calitatea vieții.