

⊙ **Efectos del entrenamiento en ejercicio sobre marcadores de riesgo cardiovascular: Avances y limitaciones.**
Effects of training exercise on cardiovascular risk markers: Advance and limitations.

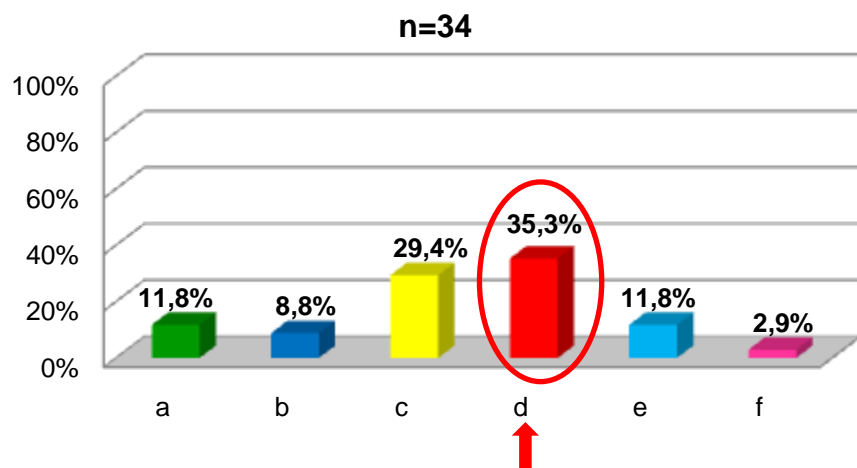
Jaime Galindo, MD.

◆ **Dentro de un programa de Atención Integral Especializada en VIH/Sida, ¿qué tan alto puede ser el ingreso y “apego” a un protocolo de ejercicio físico combinado supervisado?**

- a) 81 – 100% (MUY ALTO)
- b) 61 – 80% (ALTO)
- c) 41 – 60% (MEDIO)
- d) 21 – 40% (BAJO)
- e) 20% ó menos (MUY BAJO)
- f) No sé; vine a aprender.

PRE	%	n
a	11,8%	4
b	8,8%	3
c	29,4%	10
d	35,3%	12
e	11,8%	4
f	2,9%	1
Total	100,0%	34

POST	%	n
a		
b		
c		
d		
e		
f		
Total		



NOTA EDITORIAL: Cambio de conocimiento: No evaluable por ausencia de respuestas al cuestionario posterior a la presentación (debido a fallas técnicas durante la Conferencia). Se señala la respuesta correcta, que fue respondida antes de la misma por un tercio de los participantes, y se recomienda revisarla a través del enlace al volumen XV año 2010 de esta colección de Memorias, para verificar que el apego de pacientes VIH+ a un protocolo de ejercicio combinado supervisado fue bajo en el estudio presentado.

◉ **Efectos del entrenamiento en ejercicio sobre marcadores de riesgo cardiovascular: Avances y limitaciones.**
Effects of training exercise on cardiovascular risk markers: Advance and limitations.

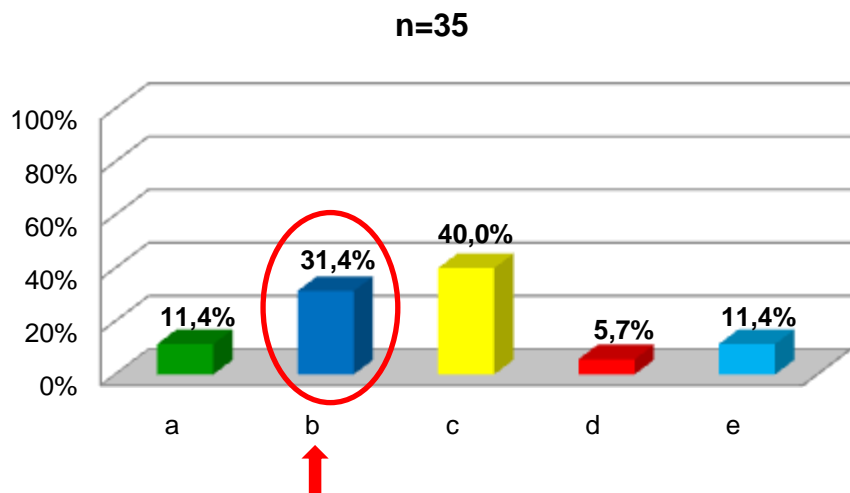
Jaime Galindo, MD.

◆ ¿Con qué nivel mínimo de “cumplimiento” a un programa de ejercicio físico combinado, cree usted que se pueden obtener efectos “saludables” en personas con VIH/Sida bajo tratamiento antirretroviral exitoso?

- a) >25%
- b) 26 – 50%
- c) 51 – 75%
- d) >75%
- e) No sé; vine a aprender.

PRE	%	n
a	11,4%	4
b	31,4%	11
c	40,0%	14
d	5,7%	2
e	11,4%	4
Total	100,0%	35

POST	%	n
a		
b		
c		
d		
e		
Total		



NOTA EDITORIAL: Cambio de conocimiento: No evaluable por ausencia de respuestas al cuestionario posterior a la presentación (debido a fallas técnicas durante la Conferencia). Se señala la respuesta correcta, que fue respondida antes de la misma por menos de un tercio de los participantes, y se recomienda revisarla a través del enlace al volumen XV año 2010 de esta colección de Memorias, para verificar que el cumplimiento necesario con un programa de ejercicio combinado para lograr resultados saludables debe ser al menos superior al 33% de lo recomendado en el estudio presentado.

● **Efectos del entrenamiento en ejercicio sobre marcadores de riesgo cardiovascular: Avances y limitaciones.**
Effects of training exercise on cardiovascular risk markers: Advance and limitations.

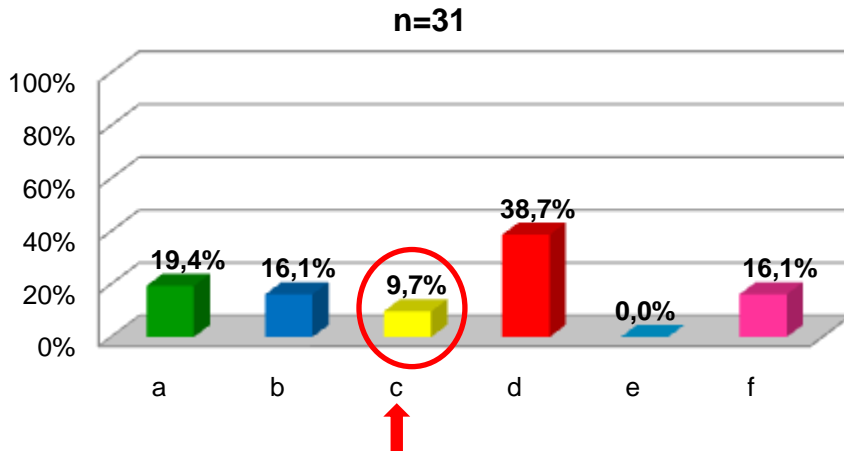
Jaime Galindo, MD.

◆ Además del mejoramiento en la capacidad física aeróbica, ¿sobre cuál(es) de los siguientes parámetros o marcadores, cree usted que el ejercicio físico combinado puede ejercer efectos “saludables” en personas VIH+ bajo tratamiento antirretroviral exitoso?

- a) Colesterol total y HDL
- b) Triglicéridos y Glicemia
- c) Índice de masa corporal y conteo de linfocitos CD4
- d) Porcentaje de grasa corporal y bienestar emocional
- e) Vasodilatación mediada por flujo y Proteína C reactiva ultrasensible
- f) No sé; vine a aprender.

PRE	%	n
a	19,4%	6
b	16,1%	5
c	9,7%	3
d	38,7%	12
e	0,0%	0
f	16,1%	5
Total	100,0%	31

POST	%	n
a		
b		
c		
d		
e		
f		
Total	0,0%	-



NOTA EDITORIAL: Cambio de conocimiento: No evaluable por ausencia de respuestas al cuestionario posterior a la presentación (debido a fallas técnicas durante la Conferencia). Se señala la respuesta correcta, que fue respondida antes de la misma por menos del 10% de los participantes, y se recomienda revisarla a través del enlace al volumen XV año 2010 de esta colección de Memorias, para verificar que los principales efectos saludables obtenidos con el protocolo de ejercicio combinado supervisado de este estudio, además del mejoramiento en la capacidad física aeróbica, fueron mejoras en los niveles de linfocitos CD4 y los índices de masa corporal de los pacientes que participaron activamente.