

Patients' experiences of breathing retraining for asthma: a qualitative process analysis of participants in the intervention arms of the BREATHE trial

Año	Revista	FI	Tema	Autores	Volumen/Páginas
2017	NPJ Prim Care Respir Med	1.79	Tratamiento	Arden-Close E, Yardley L, Kirby S, Thomas M, Bruton A	27(1): 56. doi: 10.1038/s41533-017-0055-5

Texto en inglés

Poor symptom control and impaired quality of life are common in adults with asthma, and breathing retraining exercises may be an effective method of self-management. This study aimed to explore the experiences of participants in the intervention arms of the BREATHE trial, which investigated the effectiveness of breathing retraining as a mode of asthma management. Sixteen people with asthma (11 women, 8 per group) who had taken part in the intervention arms of the BREATHE trial (breathing retraining delivered by digital versatile disc (DVD) or face-to-face sessions with a respiratory physiotherapist) took part in semi-structured telephone interviews about their experiences. Interviews were analysed using thematic analysis. Breathing retraining was perceived positively as a method of asthma management. Motivations for taking part included being asked, to enhance progress in research, to feel better/reduce symptoms, and to reduce medication. Participants were positive about the physiotherapist, liked having the materials tailored, found meetings motivational, and liked the DVD and booklet. The impact of breathing retraining following regular practice included increased awareness of breathing and development of new habits. Benefits of breathing retraining included increased control over breathing, reduced need for medication, feeling more relaxed, and improved health and quality of life. Problems included finding time to practice the exercises, and difficulty mastering techniques. Breathing retraining was acceptable and valued by almost all participants, and many reported improved wellbeing. Face to face physiotherapy was well received. However, some participants in the DVD group mentioned being unable to master techniques.

Experiencias de pacientes con asma en entrenamiento respiratorio: análisis cualitativo de los participantes en los brazos de intervención del estudio BREATHE

El mal control de los síntomas y la calidad de vida deficiente son comunes en los adultos con asma, y los ejercicios de reentrenamiento respiratorio pueden ser un método eficaz de autocontrol. El

objetivo de este estudio fue explorar las experiencias de los participantes en los brazos de intervención del ensayo BREATHE, que investigó la efectividad del reentrenamiento respiratorio en el manejo del asma. Dieciséis personas con asma (11 mujeres, 8 por grupo) que participaron en los brazos de intervención del ensayo BREATHE (reeducación respiratoria mediante un DVD frente a sesiones presenciales con un fisioterapeuta respiratorio) participaron en entrevistas telefónicas semiestructuradas sobre sus experiencias. Las entrevistas se analizaron mediante análisis temático. La reeducación respiratoria fue percibida positivamente como un método para el manejo del asma. Las motivaciones para participar incluían la mejora en el progreso de la investigación, la posibilidad de sentirse mejor, de reducir los síntomas y de reducir la medicación. Los participantes se mostraron favorables a la intervención del fisioterapeuta y a que los materiales estuvieran hechos a su medida, encontrando motivadoras las reuniones, siendo también favorables al uso del DVD y del folleto. El impacto del reentrenamiento respiratorio después de la práctica regular del mismo incluyó una mayor conciencia de la respiración y el desarrollo de nuevos hábitos. Los beneficios del reentrenamiento respiratorio incluyen un mayor control sobre la respiración, una menor necesidad de medicación, sentirse más relajado y una mejor salud y calidad de vida. Los problemas encontrados fueron la falta de tiempo para practicar los ejercicios y algunas dificultades para dominar las técnicas. La reeducación respiratoria fue aceptada y valorada por casi todos los participantes y muchos confirmaron una mejora en su bienestar. La fisioterapia presencial con el fisioterapeuta fue bien recibida. Sin embargo, algunos participantes en el grupo del DVD manifestaron la dificultad para dominar las técnicas.

Comentario del autor (Dr. Miguel Ángel Lobo)

El que aquí se comenta es un estudio anidado en el BREATHE asthma trial. Éste es un estudio cuyos resultados han sido publicados en Lancet el año 2018, en el que se reclutaron 655 adultos con asma, a los que se distribuyó en 3 grupos en una relación 2-1-2: el primer grupo recibió entrenamiento respiratorio a través de un DVD y un folleto, el segundo grupo recibió entrenamiento respiratorio presencialmente con un fisioterapeuta, y el tercer grupo recibió la atención médica habitual, consistente fundamentalmente en tratamiento farmacológico. El grupo que utilizó el DVD y el folleto para aprender las técnicas de respiración (grupo DVDB) obtuvo beneficios equivalentes al grupo que recibió la enseñanza presencial, y ambos obtuvieron mejores resultados que el grupo que recibió la atención médica habitual. El tamaño del beneficio fue similar al producido por el incremento de dosis de los medicamentos para el asma habituales. Los beneficios se midieron en términos de calidad de vida, mediante el cuestionario Asthma related Quality of Life (AQLQ), y éstos se observaron, a pesar de no apreciarse ningún cambio medible en las pruebas funcionales respiratorias (FEV₁) o en la inflamación de la vía aérea (óxido nítrico exhalado). Los autores del estudio BREATHE consideran que sus resultados confirman la utilidad de los programas de fisioterapia llevados a cabo por un fisioterapeuta, evaluados previamente en estudios más pequeños, pero además avalan la utilidad de su programa de entrenamiento respiratorio a través del material aportado por el DVD y el folleto que formaban parte del estudio. Según ellos, este programa DVDB brindó beneficios clínicamente relevantes y equivalentes a los obtenidos a través de la presencia de un fisioterapeuta, pero de manera más conveniente y económica.

En el subestudio que comentamos, se realizaron entrevistas telefónicas semiestructuradas a un número reducido de participantes en los dos brazos de intervención del estudio BREATHE. Los resultados del subestudio no hacen más que confirmar, de un modo más cualitativo, los resultados del estudio principal, aportando una mayor información en términos de

satisfacción de los participantes y de conocimiento sobre su comprensión de los procedimientos de entrenamiento a los que se les sometió. Se pudo así conocer que los participantes encuestados estaban igualmente satisfechos con la información suministrada por el fisioterapeuta y la obtenida con el uso del material aportado (DVD y folleto), aunque manifestaron alguna dificultad en el entendimiento de alguna técnica descrita en el DVD. Probablemente, se podría haber obtenido la misma información y de una manera más representativa si, en el estudio principal, se hubiese incluido alguna medida de la satisfacción y de la comprensión de la información suministrada.

Debe destacarse la importancia de los resultados del estudio principal, al que le faltarían los datos de satisfacción y comprensión que se pretenden aportar con el subestudio. El estudio principal justifica el empleo de técnicas de reentrenamiento en pacientes con asma y da soporte al uso de técnicas de carácter virtual, como las empleadas en uno de sus brazos de intervención.

Actualmente los autores ofrecen el material empleado en una página *web* que cualquier paciente con asma puede consultar, pudiendo llegar a disfrutar de la misma información que se ofreció a los participantes en el estudio BREATHE. Ellos mismos afirman en dicha página *web* que están trabajando para poder ofrecer un programa de reentrenamiento a través de otras plataformas que permitan su uso desde diversos dispositivos móviles.

Se abre aquí el debate sobre las posibilidades crecientes de las nuevas tecnologías para ofrecer recursos a los pacientes crónicos. Las aplicaciones de móviles y las redes sociales presentan un gran terreno que explorar en este sentido, sin olvidar la necesidad de hacerlo de una manera correcta que evite los riesgos relacionados con la protección de los datos individuales de los usuarios.