

El efecto del ejercicio sobre las reacciones adversas locales y sistémicas después de la vacunación: resultados de dos ensayos controlados aleatorios

02/02/2019

Lee V, Booy R, Skinner S et al. The effect of exercise on local and systemic adverse reactions after vaccinations – outcomes of two randomized controlled trials. *Vaccine*

Dado que el ejercicio físico es un adyuvante que puede afectar las reacciones adversas asociadas a la **vacunación**, se plantean dos ensayos clínicos para examinar el efecto del mismo en las reacciones autorreportadas tras la vacunación de adolescentes y adultos jóvenes australianos.

En el primer estudio, entre 2015 y 2016, se seleccionaron 116 adolescentes que recibieron la vacuna VPH como controles o con ejercicio (15 minutos) de brazos prevacunación, mientras que en el segundo estudio, en 2017, 78 adultos jóvenes que recibieron la vacuna antigripal se incluyeron en un grupo control o en tres grupos de ejercicio de quince minutos: preejercicio de brazos, preejercicio de piernas o postejercicio de brazos. En el primer estudio, los días de sensibilidad en mujeres fueron menores que en los controles al igual que los días de “sentirse mal” y de reducción del apetito. Con carácter general, las mujeres adolescentes reportaron más días de dolor, sensibilidad, hinchazón y de sentirse mal. En cuanto al estudio número dos, los del ejercicio reportaron menos días de hinchazón, fiebre y

disminución del apetito en ambos sexos. Por otra parte, las mujeres reportaron menos días de uso de medicación cuando pertenecían al grupo de ejercicio.

Los autores concluyen que en dos estudios separados un ejercicio de intensidad leve y corto reduce las reacciones adversas reportadas y los síntomas sistémicos y que sus hallazgos apoyan la necesidad de trabajos futuros para examinar el beneficio potencial del ejercicio en mejorar los procedimientos de vacunación.

[El efecto del ejercicio sobre las reacciones adversas locales y sistémicas después de la vacunación: resultados de dos ensayos controlados aleatorios](#)