

Tabla. Características generales de los artículos incluidos en la revisión						
Autor y año	Población (n)	Intervención	Control	Medidas de resultado	Resultados G. Intervención	
					Pre –intervención	Post-intervención
EJERICCIO TERAPEÚTICO						
Li y cols,2006 ¹⁴	n=144	Modelo del terapeuta primario: fisioterapia y terapia ocupacional	Modelo de tratamiento tradicional	a. HAQ b. VAS c. Conocimiento de la enfermedad	a. 0,94 ± 0,66 b. 6,86 ± 2,43 c. 18,76 ± 5,71	a. 0,80 ± 0,64 b. 5,78 ± 2,53 c. 20,86 ± 5,21
Lamb y cols., 2015 ¹⁵	n=490	Programa de fortalecimiento y estiramiento SARAH	Atención Habitual	Función general de la mano a. MHQ b. MHQ - AVD Subescalas de MHQ: a. Dolor MHQ b. Satisfacción SF-12 a. Componente Mental b. Componente Físico	Función general de la mano a. 52,1 (15,2) b. 54,5 (24,5) Subescalas de MHQ: a. 51,9 (21,9) b. 43,9 (19,7) SF-12 a. 48,1 (10,7) b. 33,8 (9,8)	Función general de la mano a. 7,93 (5,98–9,88) b. 5,89 (3,66–8,13) Subescalas de MHQ: a. -8,26 (-10,83 a -5,70) b. 10,36 (7,53–13,18) SF-12 a. 2,19 (0,75–3,63) b. 1,19 (0,23–2,14)
Manning y cols., 2014 ¹⁶	n=108	Educación, autogestión y ejercicios para extremidades superiores	Atención Habitual	a. DASH b. GAT c. RAQoL d. VAS	a. 44,6 (37,2, 52,0) b. 20,9 (23,3, 18,9) c. 14,1 (11,2, 17,0) d. 50,6 (42,6, 58,5)	a. -5,3 (-10,4, -0,2) b. -2,5 (-4,4, -0,5) c. -1,4 (-3,3, 0,5) d. -13,0 (-23,0, -2,9)
Dogu et al., 2013 ¹⁷	n=47	Ejercicios isotónicos	Ejercicios isométricos	a. VAS b. DHI c. NHPT d. RAQoL e. DAS28	a. 5 (0–8) b. 15 (5–40) c. 30 (25–45) d. 19 (15–24) e. 3,99 (3,49–4,81)	a. 3 (0–5) b. 11 (3–33) c. 28 (20–40) d. 15 (14–21) e. 3,2 (2,5–4,02)
da Silva et al., 2013 ¹⁹	n=102	Ejercicios sensorio motores (propioceptivos)	Tratamiento farmacológico	a. HAQ b. TU c. Tinetti	a. 1,41 ± 0,6 b. 9,82 ± 2,84 c. 25,29 ± 4,51	a. 0,77 ± 0,50 b. 7,10 ± 2,02 c. 27,60 ± 1,77

				d. Escala de Berg e. VAS SF-36 a. Habilidades funcionales b. Aspectos físicos c. Dolor d. Estado general de salud e. Vitalidad f. Aspectos sociales g. Aspectos emocionales h. Salud mental	d. 51,05 ± 5,13 e. 7,15 ± 2,12 SF-36 a. 44,21 ± 25,77 b. 24,50 ± 32,97 c. 35,49 ± 18,47 d. 48,78 ± 19,20 e. 55,49 ± 19,34 f. 67,54 ± 27,13 g. 38,50 ± 40,24 h. 60,39 ± 23,81	d. 54,78 ± 3,71 e. 4,78 ± 2,18 SF-36 a. 70,00 ± 24,24 b. 70,09 ± 34,64 c. 61,33 ± 17,52 d. 74,33 ± 17,87 e. 72,45 ± 16,68 f. 88,11 ± 19,42 g. 79,07 ± 34,65 h. 77,17 ± 20,11
Cima et al., 2013 ²⁰	n=20	Ejercicios de fortalecimiento muscular para las manos	Sin tratamiento	a. HAQ	a. 1,28 (0,82)	a. 0,85 (0,7)
Sjöquist et al., 2011 ²¹	n=228	Actividad física a largo tiempo	Terapia habitual	a. VAS b. DAS28 c. HAQ	a. 23 (0–90) b. 3,29 (1,54) c. 0,5 (0–2,25)	a. 23 (0–87) b. 3,04 (1,53) c. 0,5 (0–2)
Breedland et al., 2011 ²²	n=34	Tratamiento multidisciplinar	Atención habitual	Desempeño físico a. VO2 máx. b. Fuerza muscular MMSS (N) c. Fuerza muscular MMII Condición de salud a. Salud física b. Salud psicológica	Desempeño físico a. 31,52 (10,17) b. 698,22 (273,59) c. 861,61 (291,64) Condición de salud a. 1,95 (1,22) b. 2,47 (1,78) c. 3,74 (1,86)	Desempeño físico a. 35,34 (11,33) b. 734,28 (219,28) c. 861,61 (291,64) Condición de salud a. 1,27 (1,05) b. 2,12 (1,58) c. 3,26 (1,37)

				c. Interacción social Auto-eficacia a. Dolor y otros síntomas b. Función	Auto-eficacia a. 3,12 (0,95) b. 4,03 (0,84)	Auto-eficacia a. 3,54 (0,88) b. 4,32 (0,74)
Strasser et al., 2011 ²³	n=40	Programa de entrenamiento combinado (fuerza y resistencia)	Ejercicios de estiramiento y actividad recreativa regular	a. DAS28 b. Salud general VAS a. Dolor VAS b. HAQ	a. 3,57±1,10 b. 36,33±21,25 c. 33,33±21,60 d. 1,23±0,80	a. 3,12±1,27 b. 25,20±21,44 c. 25,86±19,78 d. 1,01±0,67
Lemmey et al., 2009 ²⁵	n=28	Programa de resistencia progresiva de alta intensidad	Ejercicios de ROM	Composición corporal a. Masa corporal magra b. Masa magra apendicular c. Masa total grasa Fuerza muscular y función física a. 30 seg. Arm curl test b. 30 seg. Test de silla c. Caminata de 50 pasos d. fuerza de los extensores de la rodilla.	Composición corporal a. 37,25 ± 3,95 b. 14,29 ± 1,78 c. 27,83 ± 11,95 Fuerza muscular y función física a. 16,1 ± 4,9 b. 12,5 ± 4,0 c. 9,33 ± 2,40 d. 323 ± 79	Composición corporal a. 38,79 ± 4,17 b. 15,48 ± 2,24 c. 25,53 ± 10,75 Fuerza muscular y función física a. 19,8 ± 4,6 b. 16,3 ± 4,0 c. 7,77 ± 1,40 d. 404 ± 122
Hsieh et al., 2009 ²⁶	n=30	Programa de ejercicio aeróbico supervisado	Ejercicio aeróbico en casa	Umbral ventilatorio a. VO2 máx. b. MET	Umbral ventilatorio a. 14,6 (2,5) b. 4,2 (0,7)	Umbral ventilatorio a. 17,5 (3,2) b. 5,0 (0,9)

				Medidas relacionadas con la enfermedad a. Dolor b. Dolor en AVD c. Fuerza de empuñadura d. HAQ	Medidas relacionadas con la enfermedad a. 3,60 (1,88) b. 0,96 (0,66) c. 10,46 (2,66) d. 0,44 (0,42)	Medidas relacionadas con la enfermedad a. 2,70 (2,14) b. 0,72 (0,58) c. 12,00 (3,70) d. 0,36 (0,31)
Flint-Wagner et al., 2009 ²⁷	n=24	Entrenamiento de fuerza	Ejercicio convencional	Fuerza muscular a. Press de pierna b. Fuerza en bíceps derecho c. Fuerza en bíceps izquierdo d. Press de prensa inclinada derecha e. Press de prensa inclinada izquierda f. Cambio total-fuerza Desempeño funcional a. Caminata de 50 pasos b. HAQ Dolor a. VAS	Fuerza muscular a. 25,1 ± 22,4 b. 19,0 ± 20,3 c. 32,6 ± 46,5 d. 38,8 ± 22,7 e. 36,4 ± 25,6 f. 28,9 ± 18,9 Desempeño funcional a. 13,2 ± 2,5 b. 0,84 ± 0,63 Dolor a. 26,4 ± 21,5	Fuerza muscular a. 46,4 ± 35,2 b. 34,1 ± 20,6 c. 43,1 ± 19,0 d. 55,6 ± 38,3 e. 48,1 ± 32,7 f. 46,1 ± 31,6 Desempeño funcional a. - 1,2 ± 1,6 b. - 0,4 ± 0,4 Dolor a. -14,8 ± 19,2
Brodin y cols, 2008 ²⁹	n=228	Programa de actividad física	Fisioterapia convencional	a. EuroQol VAS b. Fuerza muscular-Timed-Stands c. GRIPPIT	a. 70 (5, 98) b. 21 (8, 43) c. 370 (42, 1,083) d. 4 (0, 13) e. 0,5 (0, 2,25)	a. 75 (20, 98) b. 17 (8, 42) c. 439,5 (32, 1,236) d. 3,5 (0, 13) e. 0,5 (0, 2)

				d. Escala de rango de movimiento e. HAQ		
Neuberger et al., 2007 ³⁰	n=310	Programa de ejercicio aeróbico de bajo impacto: 1) Clase grupal 2) Tratamiento en casa	Terapia habitual	a. Fatiga b. Intensidad del dolor con escala McGill c. CES-D: depresión d. Tiempo de caminata	1) a. 24,91 ± 10,25 b. 4,67 ± 2,14 c. 14,81 ± 8,12 d. 10,04 ± 3,11	1) a. 20,74 ± 11,61 b. 4,05 ± 2,24 c. 13,74 ± 9,46 d. 9,33 ± 2,81
					2) a. 20,08 ± 10,15 b. 3,88 ± 1,90 c. 10,62 ± 7,74 d. 9,64 ± 5,19	2) a. 19,23 ± 10,55 b. 4,15 ± 1,94 c. 10,45 ± 8,16 d. 9,40 ± 4,37
O'Brien et al., 2006 ³⁴	n=67	Protección de las articulaciones y ejercicios de fortalecimiento de las manos	Folleto informativo	a. AIMS II: - Miembro superior - Función de la mano y el dedo b. Prueba de Jebsen-Taylor c. Agarre dominante (grados) d. Empuñadura dominante I(b) e. Índice de flexión de dedo (Ib)	a. AIMS II: - 0,31 (1,14) - 0,97 (1,04) b. 5,92 (10,78) c. 13,35 (36,15) d. 3,30 (9,15) e. - 0,50 (5,48)	a. AIMS II: - 1,00 (1,07) - 0,97 (1,72) b. 7,92 (16,56) c. 8,97 (10,17) d. 3,30 (9,15) e. 1,00 (2,97)
van den Hout et al., 2005 ³⁷	n=300	El programa de ejercicio de alta intensidad a largo plazo (RAPIT)	Terapia habitual	a. QALYs basado en EQ-5D b. QALYs basado en SF-6D c. QALYs basado en VAS	a. 0,633 (0,130) b. 0,682 (0,058) c. 0,767 (0,127) d. 0,743 (0,206) e. 54,4 (7,0)	a. 0,627 (0,192) b. 0,683 (0,083) c. 0,752 (0,129) d. 0,740 (0,328) e. 56,8 (12,4)

				d. HAQ e. MACTAR		
Häkkinen et al., 2004 ³⁸	n=70	Programa de entrenamiento de fuerza	Ejercicios de ROM	Capacidad funcional a. HAQ b. Velocidad al caminar c. Tiempo para subir escaleras Actividad clínica de la enfermedad a. Dolor b. DAS28	Capacidad funcional a. 0,60 (0,53) b. 1,9 (0,5) c. 9,3 (2,0) Actividad clínica de la enfermedad a. 41,7 (19,5) b. 4,4 (1,1)	Capacidad funcional a. 0,30 (0,42) b. 2,1 (0,5) c. 8,6 (1,5) Actividad clínica de la enfermedad a. 22,0 (19,9) b. 2,3 (1,0)
Häkkinen et al., 2004 ³⁹	n=70	Programa de entrenamiento de fuerza en el hogar durante 24 meses	Ejercicios de ROM	Fuerza máxima a. Extensión de rodilla b. Fuerza de agarre c. extensión de tronco d. Flexión de tronco Estado general de salud a. DAS28	Fuerza máxima a. 66,0 (28,8) b. 54,8 (30,5) c. 55,9 (16,9) d. 41,5 (13,8) Estado general de salud a. 4,4 (1,2)	Fuerza máxima a. 91,5 (34,4) b. 73,3 (25,7) c. 60,8 (15,3) d. 49,7 (16,9) Estado general de salud a. 2,2 (1,2)
de Jong et al., 2003 ⁴⁰	n=309	RAPIT: ejercicios de alta intensidad	Fisioterapia habitual a consideración médica	Habilidad funcional a. MACTAR b. HAQ c. Fitness aeróbico d. Fuerza muscular	Habilidad funcional a. 54,0 (4,8) b. 0,69 (0,88) c. **están las graficas	Habilidad funcional a. 2,1 ± 11,2 b. 0,06 ± 0,4
Lineker et al., 2001 ⁴²	n=150	Educación y autogestión	Fisioterapia habitual	AIMS II a. Movilidad b. Caminata c. Función de la mano	AIMS II: a. 3,3 (2,2) b. 5,8 (2,2) c. 4,9 (2,2) d. 4,1 (2,2)	AIMS II: a. 2,1 (2,1) b. 4,6 (2,6) c. 3,1 (2,2) d. 2,4 (2,0)

				d. Función del brazo Otras medidas a. VAS	Otras medidas: a. 60,0 (24,5)	Otras medidas: a. 42,8 (27,3)
van den Ende et al., 2000 ⁴³	n=64	Programa de ejercicio intensivo	Programa de ejercicio conservador	Actividad de la enfermedad a. DAS Habilidad funcional a. HAQ b. VAS c. Prueba de caminata de 50 pies Fuerza Muscular a. Extensión isocinética 60	Actividad de la enfermedad a. 7,0 (0,9) Habilidad funcional a. 1,8 (0,8) b. 4,4 (2,0) c. 20,2 (9,8) Fuerza Muscular a. 2,1 (0,8 to 3,3)	Actividad de la enfermedad a. -1,4 (-2,0 a -0,7) Habilidad funcional a. -0,5 (-0,9 a -0,2) b. -1,7 (-2,6 a -0,8) c. -7,6 (-11,3 a -4,0) Fuerza Muscular a. 2,1 (0,8 to 3,3)
AGENTES FÍSICOS						
Meireles et al., 2010 ²⁴	n=82	Láser infrarrojo de bajo nivel	Láser placebo	a. VAS b. HAQ c. DASH d. Rigidez matutina (minutos) e. Inflamación f. Fuerza de agarre g. Fuerza en pinza h. O'Connor Test i. ROM	a. 6,08 (1,87) b. 1,28 (0,52) c. 47,73 (17,66) d. 50,87 (49,51) e. 2,19 (0,40) f. 12,22 (5,05) g. 4,34 (1,41) h. 347,50 (89,62) i. 95,77 (9,09)	a. 4,20 (2,50) b. 1,13 (0,60) c. 37,87 (19,82) d. 28,68 (35,67) e. 1,56 (0,51) f. 13,21 (5,81) g. 4,76 (1,67) h. 320,98 (81,38) i. 97,31 (8,57)
Eversden y cols., 2007 ³¹	n=115	Programa de ejercicios en piscina (hidroterapia)	Programa de ejercicios en tierra	a. EQ-5D Utility b. EQ-5D VAS c. HAQ d. VAS	a. 0,69 (0,52–0,80) b. 70 (50–85) c. 1,38 (0,69–2,00) d. 24 (10–50) e. 10,9 (7,9–12,8)	a. 0,69 (0,59–0,78) b. 73 (55–85) c. 1,50 (1,06–1,84) d. 25,5 (11–41) e. 9,1 (7,2–10,7)

				e. Velocidad de caminata – 10mts		
Franke y cols., 2007 ³²	n=134	Baños de agua de manantial natural que contienen radón, más dióxido de carbono (Rn + CO2)	Baños libres de radón (CO2)	a. Capacidad funcional b. Intensidad de dolor	a. 73,6 (20,9) b. 58,9 (22,8)	a. -0,35 (9,04) b. 13,06 (18,45)
Bilberg et al., 2005 ³⁶	n=46	Ejercicio en una piscina de temperatura templada	Continuaron con sus actividades diarias	a. Capacidad aeróbica MI/ (kgxmin) b. SF-36 (Componente físico) c. Test de la silla d. IMF e. AIMS f. HAQ	a. 34,0 (10,9) b. 33,0 (9,6) c. 20,6 (6,6) d. 5,4 (7,3) e. 2,6 (1,5) f. 0,9 (0,5)	a. 33,8 (10,0) b. 37,1 (10,5) c. 23,7 (7,0) d. 2,2 (3,6) e. 2,1 (1,4) f. 0,7 (0,5)
Buljina y cols., 2001 ⁴¹	N	Baños termales, calor o frío terapéutico, baños de mano farádicos y terapia de ejercicio de mano.	Intervención habitual	a. ESR erythrocyte sedimentation rate b. Tamaño articular c. Hand Articular (Ritchie) index d. ROM e. AVD y Dolor	a. 39,6 ± 15,01 b. 21,20 ± 3,51 c. 8,82 ± 3,48 d. 7,24 ± 1, 84 e. 3,20 ± 1,17	a. 34,21 ± 12,18 b. 19,6 ± 3,32 c. 4,20 ± 2,48 d. 8,28 ± 1,38 e. 4,24 ± 1,14
TÉCNICAS ALTERNATIVAS						
Wang y cols ³⁵	n=20	Tai Chi – Estilo Yang	Ejercicios de estiramiento	a. HRQoL componente físico b. HRQoL componente mental c. CES-D d. Dolor e. Vitalidad SF-36	a. 36,4 ± 8,8 b. 50,5 ± 13,7 c. 16,6 ± 3,5 d. 3,2 ± 2,2 e. 44,5 ± 23,0	a. 42,8 ± 8,2 b. 56,9 ± 5,4 c. 14,3 ± 1,9 d. 2,3 ± 2,0 e. 64,0 ± 15,4

TELE REHABILITACIÓN						
van den Berg y cols ³³	n=160	Uso de página web – ejercicio – intervención directa	Uso de página web – ejercicio – intervención a distancia	a. MACTAR b. HAQ c. RAQoL d. RAND-36 físico e. RAND – 36 Mental f. DAS 28	a. 51,0 (4,0) b. 0,75 (1,13) c. 10,0 (10,2) d. 52,8 (40,1) e. 75,1 (26,2) f. 3,5 (2,3)	a. 4,2 (2,5, 6,0) b. -0,09 (-0,16, -0,01) c. -1,3 (-2,35, -0,34) d. 4,9 (1,1, 8,7) e. -0,2 (-4,8, 4,3) f. -0,4 (-0,6, -0,1)
AIMS II: Arthritis Impact Measurement Scales II; CES-D: Center for Epidemiology Studies Depression Index; DAS28: Disease Activity Score; DASH: Disabilities of the Arm, Shoulder and Hand; DHI: Duruöz Hand Index; EQ-5D: estado de salud general; FIHOA: índice de valoración funcional de la mano artrósica; GAT: Grip Ability Test; HAQ: Health Assessment Questionnaire; IMF: Index of Muscle Function; HRQoL and depression: Health-Related Quality of Life and depression Index; MACTAR: MacMaster Toronto Arthritis patient preference questionnaire; MHQ: Michigan Hand Outcome Questionnaire; NHPT: dexterity with Nine Hole Peg Test; N/S: no es significativo; QALYs: años de vida ajustados por calidad; RAQoL: Rheumatoid Arthritis Quality of Life questionnaire; ROM: rango de movimiento; SF-12: forma corta cuestionario de salud; SF-36: forma corta-Cuestionario de salud; TU: Timed Up & Go Test; VO2 máx: consumo máximo de oxígeno; MMSS: miembros superiores; MET: metabolic equivalent; AVD: actividades de la vida diaria; ESR: erythrocyte sedimentation rate; VAS: visual analog scale (escala analógica visual). Palabras en negrilla hacen referencia a categorías específicas de evaluación dentro de cada estudio.						

