

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v5i6.3074>

La fisioterapia: alternativa en la calidad de vida en pacientes diabéticos tipo II con depresión en el sureste mexicano

Physiotherapy: alternative in quality of life in type II diabetic patients with depression in the Mexican southeast

Luz Cristell Rodríguez Jiménez

Rcristell22@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0009-5981-7537>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco

Tabasco – México

Mirelda Velázquez Gutiérrez

mirel1906@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-0013-2041>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco

Tabasco – México

Yadira Candelero Juárez

Yadira.candelero@ujat.mx

<https://orcid.org/0000-0002-4611-7226>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco

Tabasco – México

Ruth de la Cruz Castillo

ruth.castillo@ujat.mx

<https://orcid.org/000-0002-2605-6374>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco

Tabasco – México

José Alfredo Díaz Gandarilla

alfredo.gandarilla@ujat.mx

<https://orcid.org/0000-0001-9109-3246>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco

Tabasco – México

Artículo recibido: 18 de noviembre de 2024. Aceptado para publicación: 02 de diciembre de 2024.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

Este estudio evalúa la calidad de vida de pacientes con Diabetes Mellitus Tipo II (DMT2) en el sureste de México, encontrando que, sin intervención fisioterapéutica, la calidad de vida se encuentra en un estado regular. A través de un enfoque mixto con entrevistas y encuestas se exploraron cuatro dimensiones o esferas clave: salud física, bienestar psicológico, relaciones sociales y el ambiente. Los resultados revelan que los pacientes presentan dificultades en movilidad, control de síntomas emocionales y acceso a apoyo social adecuado. En particular, el 41% de los participantes perciben su salud física y bienestar psicológico en un nivel medio, mientras que las relaciones sociales y el ambiente alcanzan niveles de satisfacción menores. La ausencia de fisioterapia limita significativamente la capacidad de los pacientes para manejar complicaciones físicas y emocionales, lo cual afecta su adherencia al tratamiento y su bienestar general. Estos hallazgos subrayan la importancia de incorporar la fisioterapia en el tratamiento de la DMT2 para mejorar los niveles de movilidad, de salud emocional y de apoyo social; sugiriendo también la necesidad de políticas públicas que faciliten el acceso a estos servicios y fomenten espacios adecuados para la actividad física en


esta población.

Palabras clave: calidad de vida, diabetes mellitus tipo II, fisioterapia

Abstract

This study evaluates the quality of life of patients with Type II Diabetes Mellitus (T2DM) in southeastern Mexico, finding that, without physical therapy intervention, their quality of life is in a fair state. Through a mixed-methods approach involving interviews and surveys, four key dimensions or spheres were explored: physical health, psychological well-being, social relationships, and environment. The results reveal that patients experience difficulties with mobility, emotional symptom control, and access to adequate social support. Specifically, 41% of participants perceive their physical health and psychological well-being at a medium level, while social relationships and environment achieve lower satisfaction levels. The absence of physical therapy significantly limits patients' ability to manage physical and emotional complications, impacting their treatment adherence and overall well-being. These findings highlight the importance of incorporating physical therapy in T2DM treatment to improve mobility, emotional health, and social support levels; they also suggest the need for public policies that facilitate access to these services and promote adequate spaces for physical activity for this population.

Keywords: quality of life, type II diabetes mellitus, physical therapy

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicado en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons. 

Cómo citar: Rodríguez Jiménez, L. C., Velázquez Gutiérrez, M., Candelero Juárez, Y., de la Cruz Castillo, R., & Díaz Gandarilla, J. A. (2024). La fisioterapia: alternativa en la calidad de vida en pacientes diabéticos tipo II con depresión en el sureste mexicano. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 5 (6), 1203 – 1210. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i6.3074>

INTRODUCCIÓN

La diabetes mellitus tipo 2 es una enfermedad crónica que afecta significativamente la calidad de vida de los pacientes debido a sus complicaciones físicas y emocionales, tales como neuropatías, depresión y dificultades de movilidad (González-Salvador et al., 2023). En México, esta condición es prevalente, especialmente en el sureste del país, donde las limitaciones de acceso a servicios de salud y los recursos terapéuticos exacerbaban sus efectos negativos en los pacientes. La fisioterapia ha surgido como una alternativa prometedora para mejorar la calidad de vida de estas personas, pues facilita la movilidad y promueve el autocuidado. Este estudio se justifica por la necesidad de evaluar y validar la fisioterapia como una estrategia integral que va más allá del control de síntomas, ayudando a los pacientes a mejorar su bienestar general y fortalecer sus relaciones interpersonales.

A pesar de los beneficios reconocidos de la fisioterapia en pacientes con diabetes tipo 2, en el sureste mexicano aún no se han estudiado suficientemente sus efectos integrales sobre la calidad de vida en ámbitos físico, psicológico y social. La investigación se centra en demostrar como la fisioterapia puede ser una solución efectiva para mejorar la calidad de vida de estos pacientes en esta región, donde las condiciones sociales y ambientales pueden ser limitantes.

El objetivo general del estudio consiste en analizar la calidad de vida de los pacientes con diabetes mellitus tipo II a partir de las intervenciones fisioterapéuticas.

Los resultados de esta investigación ofrece una contribución significativa a la práctica clínica y la planificación de políticas de salud pública al evaluar el papel de la fisioterapia en el tratamiento integral de la DMT2, subrayando la necesidad de enfoques holísticos que mejoren la calidad de vida de los pacientes en múltiples dimensiones.

DESARROLLO

La calidad de vida se conceptualiza en múltiples dimensiones, relacionadas con el bienestar físico, emocional, social y ambiental de las personas (World Health Organization, 2020). Rueda y González (2021) destacan que los factores como la salud, el acceso a servicios y las relaciones interpersonales son determinantes en este aspecto. En cuanto a la diabetes mellitus tipo 2, la calidad de vida de los pacientes se ve significativamente disminuida debido a las complicaciones crónicas que suelen presentarse, como neuropatías y retinopatías (González-Salvador et al., 2023). En este contexto, la fisioterapia juega un papel clave, contribuyendo al alivio del dolor, la mejora de la movilidad y el fomento del autocuidado (González & Díaz, 2022).

Fisioterapia en la Diabetes Mellitus Tipo 2, ha mostrado ser un tratamiento efectivo para mejorar la capacidad física y la calidad de vida en pacientes con esta patología (Balcer Wilches, 2019). Los ejercicios terapéuticos, como el entrenamiento aeróbico y de resistencia, ayudan a mejorar el control de la glucosa y reducen complicaciones asociadas a la enfermedad, como el pie diabético y la neuropatía periférica (Fernández-Peña et al., 2022). Además, la intervención temprana de fisioterapia puede retrasar el progreso de complicaciones y mejorar la funcionalidad general, reduciendo la dependencia de los pacientes.

Por lo que la fisioterapia promueve el ejercicio regular positivamente en la salud física de las personas con diabetes tipo 2. Mejorando la fuerza muscular, la flexibilidad y la capacidad cardiovascular (Muñoz & Jiménez, 2021). Por su parte, el ejercicio controlado no solo estabiliza los niveles de glucosa en sangre, sino que además mejora el índice de masa corporal (IMC), disminuyendo el riesgo de desarrollar otras comorbilidades como hipertensión o dislipidemia (Carrillo-Pérez & Varela-Sánchez, 2021). Ya que la fisioterapia no solo trata las complicaciones presentes, sino que también actúa de forma preventiva.

En el ámbito psicológico y la relación con la fisioterapia en personas diabéticas, se asocia a un mayor riesgo de trastornos emocionales, como depresión y ansiedad (Rodríguez & Fernández, 2022). El ejercicio terapéutico puede liberar endorfinas, lo que favorece el estado de ánimo y reduce el estrés (Ruiz & Moreno, 2021). Promoviendo el bienestar emocional al brindar herramientas que mejoren la autoestima y la autoeficacia de los pacientes, permitiéndoles optimizar su calidad de vida (Espinosa et al., 2020).

En lo referente a las relaciones sociales es un pilar fundamental en el manejo de enfermedades crónicas como la diabetes tipo 2 (Jacho & Paez, 2023), debido a que mejoran las relaciones interpersonales y el bienestar emocional, además que fomentan la adherencia al tratamiento, incluida la fisioterapia (Vega & Romero, 2021), participando en grupos de apoyo, donde los pacientes comparten experiencias, lo que puede ser una motivación extra para mantener las rutinas de ejercicio y mejorar su calidad de vida (Díaz & Ortega, 2021).

Por su parte, el medio en el que viven las personas diabéticas influye en su capacidad para controlar su condición médica, así como el participar en sesiones de fisioterapia, entornos como el acceso a áreas verdes, centros de fisioterapia y espacios donde realizar ejercicio físico son determinantes para el éxito del tratamiento (Gómez & Serrano, 2021). En definitiva el ambiente juega un papel importante en la promoción de estilos de vida saludable, que incluye actividad física regular y un control adecuado de la diabetes (Castro & Pérez, 2022).

METODOLOGÍA

La metodología de este estudio es de enfoque cuantitativo, utilizando un diseño descriptivo, transversal y observacional. Que permitió identificar y analizar la calidad de vida en personas con diabetes mellitus tipo 2 en el estado de Tabasco, proporcionó un panorama detallado de las condiciones de los pacientes. La investigación incluyó a 240 personas, de las cuales se seleccionó una muestra final de 187 participantes mediante un muestreo no aleatorio intencional. Los criterios de inclusión consideraron a personas en un rango de edad de 19-87 años, residentes en Tabasco, que tuvieran un diagnóstico de diabetes con una antigüedad mínima de 12 meses y que estuvieran dispuestas a participar voluntariamente en el estudio.

Para la recolección de datos, se empleó el instrumento Calidad de vida de la Organización Mundial de la Salud (WHOQOL-BREF) por sus siglas en inglés, el cual permite medir la calidad de vida a través de dimensiones fundamentales como a) salud física, b) bienestar psicológico, c) relaciones sociales y d) ambiente. Este cuestionario fue seleccionado por su validez y confiabilidad en la medición de calidad de vida en pacientes con enfermedades crónicas validado por la Organización Mundial de la Salud. Las encuestas se realizaron siguiendo protocolos establecidos, garantizando que los participantes comprendieran cada pregunta y registraran la más adecuada para ellos. La recolección de datos se gestionó de manera organizada, procesando la información obtenida mediante el programa Microsoft Excel, lo cual permitió un análisis descriptivo detallado de cada dimensión evaluada.

En cuanto al análisis de datos, se emplearon técnicas descriptivas que facilitaron la interpretación de las frecuencias y porcentajes de cada dimensión de calidad de vida evaluada, ofreciendo así un panorama claro de los resultados. Finalmente, se adoptaron rigurosas consideraciones éticas en todo el proceso de investigación. Los participantes firmaron un consentimiento informado, el cual detalla los objetivos del estudio, la confidencialidad de sus datos y el derecho a retirarse en cualquier momento sin repercusiones. Este protocolo ético garantiza la transparencia y el respeto hacia los derechos de los participantes, cumpliendo con las normativas vigentes en investigaciones en salud.

RESULTADOS

El estudio aplicado para evaluar la calidad de vida de pacientes con Diabetes Mellitus Tipo 2 en el sureste de México reveló un estado general regular, con puntuaciones destacadas en la salud física y bienestar psicológico del 41% en las respectivas dimensiones; seguidas de las relaciones sociales con un 39% y finalmente la dimensión ambiental con un 36%. Los datos muestran que la fisioterapia es un recurso clave en la salud física, ayudando a los pacientes a mejorar la movilidad y reducir complicaciones, lo que permite mantener cierta actividad pese a las limitaciones de la diabetes. Como expresó un participante, “la fisioterapia me ayuda a mantenerme activo, a pesar de las limitaciones”.

En cuanto al bienestar psicológico, el apoyo de la fisioterapia se extiende a la salud mental, ayudando a mitigar síntomas de ansiedad y depresión asociados con la diabetes. En el ámbito de las relaciones sociales, los pacientes destacan el apoyo social como un aspecto importante que facilita la adherencia al tratamiento, mientras que el entorno se identifica como un obstáculo, pues la falta de espacios accesibles para realizar ejercicio afecta la posibilidad de mantener una rutina de actividad física adecuada.

DISCUSIÓN

En relación al objetivo del estudio el cual fue analizar la calidad de vida de los pacientes con diabetes mellitus tipo 2 a partir de las intervenciones fisioterapéuticas se encontró que las primeras dos dimensiones que son salud física y bienestar psicológico se ubican en un estado regular con un 41% de acuerdo al instrumento de valoración utilizada (WHOQOL-BREF). Se encontró que los pacientes experimentan limitaciones en movilidad y control de síntomas físicos, lo que se asocia a la falta de fisioterapia como recurso terapéutico complementario. A diferencia de esto, el estudio de Martínez-Rojas y Ruiz-Roa en pacientes con enfermedad renal crónica (ERC) en tratamiento de hemodiálisis reveló el índice elevado de bienestar físico, probablemente facilitados por el monitoreo continuo y el soporte médico especializado que reciben estos pacientes. Esta discrepancia sugiere que, en el caso de la diabetes, una intervención similar mediante fisioterapia podría ser fundamental para prevenir el deterioro físico y promover una mejor funcionalidad en la vida diaria de los pacientes diabéticos.

Respecto al bienestar psicológico, la mayoría de los pacientes con enfermedades crónicas presentan síntomas de ansiedad y depresión, lo cual es consistente con otros estudios. Sin embargo, Martínez-Rojas y Ruiz-Roa reportan una percepción elevada de autocontrol y positividad en pacientes en hemodiálisis, quienes reciben apoyo emocional dentro de su régimen de tratamiento. A diferencia de estos pacientes, los participantes de este estudio experimentan un bienestar psicológico afectado por la ausencia de una estrategia de fisioterapia, lo que limita su capacidad para manejar el estrés y la ansiedad asociados a su condición. Este hallazgo enfatiza la importancia de integrar una intervención que incluya fisioterapia, ya que esta puede favorecer la liberación de endorfinas, promover la autoestima y brindar herramientas para mejorar el estado emocional de los pacientes.

La dimensión de relaciones sociales en este estudio obtuvo una valoración de calidad de vida regular del 39%, lo cual indica que los pacientes diabéticos enfrentan limitaciones en su apoyo social. Este aspecto es crítico para el manejo de enfermedades crónicas, ya que el apoyo de familiares y amigos es fundamental para la adherencia al tratamiento. La falta de un sistema de apoyo estructurado podría estar afectando negativamente esta dimensión en tu población de estudio. Por su parte, la fisioterapia en un contexto grupal o el acceso a grupos de apoyo también podrían potenciar este aspecto, aunque actualmente es un recurso limitado en la región.

Por otro lado, el estudio de Martínez-Rojas et al. encontró que las relaciones sociales eran moderadas en los pacientes de hemodiálisis 66.47%. La interacción frecuente con el personal médico y otros pacientes podría estar contribuyendo a este nivel de satisfacción. Además, el tratamiento regular en

un entorno clínico brinda oportunidades de apoyo social que no siempre están disponibles para los pacientes diabéticos que manejan su enfermedad de forma ambulatoria y en un contexto más aislado.

Finalmente, la dimensión ambiental fue la menos valorada en tu estudio, con solo un 36% de satisfacción. Esto se debe a la falta de espacios accesibles y adecuados para la actividad física, lo que es crucial para el control de la diabetes y el mantenimiento de una buena salud general. Los pacientes diabéticos en el sureste de México parecen estar restringidos en su capacidad de llevar un estilo de vida activo debido a barreras ambientales, como la carencia de centros de fisioterapia y áreas para el ejercicio.

En el caso de los adultos mayores en Guadalajara reportaron un ambiente favorable, con un 85.8% de satisfacción en esta dimensión, dato que revela que el vivir en edificios multifamiliares en entornos urbanos les brinda acceso a servicios y una proximidad a espacios recreativos que facilitan un estilo de vida más activo y saludable.

Las diferencias en las cifras y percepciones de calidad de vida en estas cuatro esferas entre los tres estudios pueden explicarse en gran medida por el acceso a servicios médicos y de apoyo, así como por las características del entorno social y físico de cada población. Mientras que los pacientes diabéticos del sureste de México se ven afectados por una falta de acceso a fisioterapia y espacios para el ejercicio, los pacientes en hemodiálisis y los adultos mayores en Guadalajara parecen beneficiarse de un entorno más estructurado y de mayor apoyo. Esto resalta la importancia de implementar intervenciones como la fisioterapia y mejorar el acceso a recursos comunitarios y entornos adecuados para potenciar la calidad de vida en poblaciones con enfermedades crónicas.

CONCLUSIÓN


En conclusión, este estudio evidencia un estado de calidad de vida moderado en pacientes con diabetes mellitus tipo 2, resaltando la importancia de integrar la fisioterapia como una herramienta fundamental en su tratamiento integral. Al evaluar dimensiones clave como la salud física, el bienestar psicológico, las relaciones sociales y el entorno, los resultados subrayan que la fisioterapia no solo mejora la movilidad y reduce complicaciones físicas, sino que también contribuye a una mayor estabilidad emocional y una mejor calidad en las relaciones sociales.

La inclusión de fisioterapia como intervención en estas áreas ofrece beneficios multifacéticos, ayudando a los pacientes a enfrentar los desafíos de la enfermedad con un mayor soporte físico y emocional. Estos hallazgos reafirman la necesidad de implementar políticas de salud pública que faciliten el acceso a servicios de fisioterapia, optimizando así el entorno y las oportunidades de rehabilitación para esta población.

REFERENCIAS

- Balcerio Wilches, J. A. Fuerza muscular y control metabólico en pacientes del " Programa Prevención Complicaciones Diabetes Mellitus" sometidos a intervención de fisioterapia (Bogotá-2019) (Doctoral dissertation, Universidad Nacional de Colombia).
- Carrillo-Pérez, A., & Varela-Sánchez, J. (2021). Efectos del ejercicio físico supervisado en la salud cardiovascular de pacientes con diabetes mellitus tipo 2. **Journal of Physical Therapy**, 19(2), 152-164.
- Castro, L., & Pérez, C. (2022). Influencia del medio ambiente en la salud física y la gestión de la diabetes mellitus tipo 2. **Revista de Salud Pública y Medio Ambiente**, 10(1), 98-111.
- Díaz, S., & Ortega, M. (2021). Impacto del apoyo social en la adherencia a la fisioterapia en pacientes con diabetes. **Diabetes y Sociedad**, 17(4), 284-292.
- Espinosa, C. L. G., Motta, S. A. G., Catalán-Matamoros, D., Daverio, G., Arbeláez, V. E. M., Parra, W. A. V., ... & Gómez, K. M. A. (2020). Fisioterapia en salud mental. Editorial Universidad del Rosario.
- Fernández-Peña, J., González, L., & Díaz, M. (2022). Fisioterapia en la prevención de complicaciones en el pie diabético: Una revisión sistemática. **Fisioterapia y Diabetes**, 28(1), 42-50.
- Flores Villavicencio, M. E., Troyo Sanromán, R., Cruz Ávila, M., González Pérez, G., & Muñoz de la Torre, A. (2013). Evaluación Calidad de Vida Mediante el Whoqol-Bref en Adultos Mayores que Viven en Edificios Multifamiliares en Guadalajara, Jalisco. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XXII(2), 179-192.
- Gómez, A., & Serrano, F. (2021). Impacto del entorno físico en el tratamiento de fisioterapia para pacientes con diabetes mellitus tipo 2. **Salud y Ambiente**, 15(3), 123-134.
- González, P., & Díaz, R. (2022). Mejoras en la calidad de vida a través de la fisioterapia en pacientes diabéticos. **Journal of Diabetes Care**, 24(5), 397-405.
- González-Salvador, J., Muñoz, A., & Fernández, T. (2023). La calidad de vida en pacientes con diabetes mellitus tipo 2 y las intervenciones fisioterapéuticas. **Revista de Endocrinología y Metabolismo**, 30(2), 172-180.
- Jacho, K. E. E., & Paez, M. D. P. S. (2023). Apoyo social percibido en pacientes con diabetes mellitus. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 2(1).
- Martínez-Rojas, Sandra Milena, & Ruiz-Roa, Silvia Liliana. (2022). Relación entre bienestar psicológico y la percepción de calidad de vida en pacientes en hemodiálisis. *Enfermería Nefrológica*, 25(3), 229-238. Epub 05 de diciembre de 2022. <https://dx.doi.org/10.37551/52254-28842022023>
- Muñoz, F., & Jiménez, C. (2021). Efectos del ejercicio aeróbico en el control glicémico de pacientes con diabetes mellitus tipo 2. **Revista de Ciencias de la Salud**, 19(2), 231-242.
- Rodríguez, C., & Fernández, R. (2022). Prevalencia de trastornos psicológicos en pacientes con diabetes tipo 2 y el impacto de la fisioterapia en su manejo. **Revista de Psicología de la Salud**, 16(2), 267-281.
- Ruiz, E., & Moreno, J. (2021). Efectos psicológicos de la fisioterapia en pacientes con diabetes mellitus tipo 2. **Psicoterapia y Rehabilitación Física**, 20(1), 64-76.
- Vega, J., & Romero, M. (2021). Importancia del apoyo social en la adherencia a la fisioterapia en pacientes diabéticos. **Salud y Comunidad**, 12(3), 188-201.

World Health Organization. (2020). *Quality of life: Key aspects of well-being*. Geneva: WHO.

Todo el contenido de **LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades**, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia [Creative Commons](#) .