



Tipo de artículo: Revisión Bibliográfica

Análisis de las relaciones entre la actividad física de vida en personas con enfermedades de Parkinson

Analysis of the relationships between life physical activity in people with Parkinson's diseases.

Autores:

ANGULO AYOVI SONIA JOMAYRA
Universidad Estatal de Milagro
Milagro-Ecuador
sanguloa3@unemi.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0001-6373-4349>

GOYA MÁRQUEZ RUTH YAMILET
Universidad Estatal de Milagro
Milagro-Ecuador
rgoyam@unemi.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0006-3586-6949>

YOZA MURILLO GÉNESIS NOEMI
Universidad Estatal de Milagro
Milagro-Ecuador
gyozam@unemi.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0004-8188-4932>

Autor de Correspondencia: YOZA MURILLO GÉNESIS NOEMI, gyozam@unemi.edu.ec

Reception dates: 10- January -2025 **Acceptance:** 30- January -2025 **Published:** 5- February -2025

Como citar este artículo:

Angulo Ayovi , S. J., Ruth Yamilet, & Yoza Murillo , G. N. (2025). Análisis de las relaciones entre la actividad física de vida en personas con enfermedades de Parkinson. *Conexión Científica Revista Internacional*, 2(1), 1-17. <https://sapiensjournal.ec/index.php/ccri/article/view/292>





Resumen

En el contexto de la enfermedad de Parkinson, la actividad física nace como un componente crucial en el manejo integral de la enfermedad, influyendo significativamente en la calidad de vida de los pacientes. Este artículo tiene como objetivo revisar la literatura científica existente sobre los efectos de la actividad física en la enfermedad de Parkinson, se analizarán los diferentes tipos de ejercicio, los mecanismos fisiológicos subyacentes, los beneficios clínicos y los factores que influyen en la adherencia a los programas de ejercicio. Este artículo de revisión bibliográfica examina investigaciones recientes sobre la relación entre la actividad física y diversos aspectos de la calidad de vida en individuos, los estudios realizados entre 2004 y 2024 se centran en diversas modalidades de actividad física, incluyendo ejercicios aeróbicos, entrenamiento de resistencia, y terapias de movimiento específicas. Los resultados indican que la práctica regular de actividad física no solo mejora los síntomas motores como la marcha y el equilibrio, sino que también tiene un impacto positivo en síntomas no motores como la depresión, el sueño y la función cognitiva, se discuten los mecanismos neurofisiológicos subyacentes, incluyendo la modulación de la plasticidad neuronal y la expresión de factores neurotróficos. Se exploran las oportunidades que presentan las nuevas tecnologías, como los dispositivos wearables y las aplicaciones móviles, para monitorear y promover la actividad física en esta población y se subraya la importancia de futuras investigaciones longitudinales que evalúen el impacto a largo plazo.

Palabras clave: Enfermedad de Parkinson; actividad física; calidad de vida; síntomas motores y no motores

Abstract

In the context of Parkinson's disease, physical activity emerges as a crucial component in the comprehensive management of the disease, significantly influencing the quality of life of patients. This article aims to review the existing scientific literature on the effects of physical activity in Parkinson's disease, the different types of exercise, the underlying physiological mechanisms, the clinical benefits and the factors that influence adherence to exercise programs will be analyzed. This literature review article examines recent research on the relationship between physical activity and various aspects of quality of life in individuals, studies conducted between 2004 and 2024 focus on various modalities of physical activity, including aerobic exercises, resistance training, and specific movement therapies. The results indicate that regular physical activity practice not only improves motor symptoms such as gait and balance, but also has a positive impact on non-motor symptoms such as depression, sleep and cognitive function, the neurophysiological mechanisms are discussed. underlying, including the modulation of neuronal plasticity and the expression of neurotrophic factors. The opportunities presented by new technologies, such as wearable devices and mobile applications, to monitor and promote physical activity in this population are explored and the importance of future longitudinal research that evaluates the long-term impact is highlighted.



Keywords: Parkinson's disease; physical activity; quality of life; motor and non-motor symptoms.

1. INTRODUCCIÓN

La enfermedad de Parkinson es un trastorno neurodegenerativo que se caracteriza por la pérdida progresiva de neuronas dopaminérgicas afecta a millones de personas en todo el mundo, si bien los tratamientos farmacológicos y quirúrgicos han mejorado significativamente la calidad de vida de los pacientes no existe una cura y la progresión de la enfermedad continúa siendo un desafío clínico (Aleman, 2022).

En este contexto, la actividad física ha emergido como una estrategia prometedora para mejorar los síntomas motores y no motores de la enfermedad, así como para ralentizar su progresión, numerosos estudios han demostrado que el ejercicio regular puede mejorar la marcha, la coordinación, el equilibrio y la fuerza muscular en personas que padecen esta enfermedad. Estos beneficios se atribuyen a diversos mecanismos, como la neurogénesis en el hipocampo, la plasticidad neuronal en las áreas motoras, la modulación de los sistemas de neurotransmisores y la reducción de la inflamación, la actividad física puede tener un impacto positivo en la depresión.

A pesar de las evidencias científicas, la adherencia a programas de ejercicio a largo plazo suele ser baja, existen diversos factores, como la fatiga, los temblores, el miedo a caerse y la falta de acceso a programas de ejercicio adaptados, pueden limitar la práctica regular de actividad física, por lo tanto, se requiere una mayor investigación para identificar las barreras y facilitadores para la práctica de ejercicio en este grupo poblacional, así como para desarrollar intervenciones personalizadas (Fernández, 2019).

Formulación del problema

¿Cómo influye la actividad física en la calidad de vida de las personas con enfermedad de Parkinson, y cuáles son los factores determinantes para optimizar sus beneficios?

2. METODOLOGÍA

La revisión presentada se enfoca en el análisis de la relación que tiene la actividad física y la enfermedad de Parkinson a través de búsquedas literarias bibliográficas, los cuales son trabajos publicados entre el 2004 y 2024 abarcando dos décadas, el objetivo es identificar y sintetizar la evidencia científica disponible sobre aquellos efectos de diferentes tipos de actividad física en la calidad de vida, estos síntomas motores y no motores, la progresión de la enfermedad en personas con Parkinson son los primeros puntos en que se enfoca el presente trabajo.





Selección de estudios

Se realizó una búsqueda exhaustiva en las siguientes bases de datos: Cochrane y Google académico, revistas científicas como Scielo, Redalyc, entre otras. Se utilizaron combinaciones de las siguientes palabras clave: "enfermedad de Parkinson", "actividad física", "ejercicio", "intervención", "calidad de vida", "síntomas motores", "síntomas no motores" y "progresión de la enfermedad".

Criterios de inclusión:

Estudios publicados entre 2004 y 2024, con el objetivo de tener información actualizada.

Ensayos clínicos aleatorizados y estudios observacionales que incluyeron a adultos diagnosticados con enfermedad de Parkinson a nivel nacional.

Intervenciones que involucraron algún tipo de actividad física (aeróbica, de fuerza, equilibrio, etc.).

Resultados que evaluaron al menos uno de los siguientes aspectos: calidad de vida, síntomas motores, síntomas no motores o progresión de la enfermedad.

Criterios de exclusión:

Estudios en animales o células.

Revisiones sistemáticas, metaanálisis y estudios de caso.

Estudios que no reportaron datos cuantitativos y que sean tan solo hipótesis.

Estudios con poblaciones no representativas (por ejemplo, solo etapas tempranas de la enfermedad).

Procedimiento de revisión

El proceso de revisión se llevó a cabo en dos etapas principales para garantizar una selección rigurosa y un análisis exhaustivo de los estudios.

Primera etapa: Selección inicial

Se realizó una búsqueda exhaustiva en las bases de datos mencionadas anteriormente utilizando las combinaciones de palabras clave especificadas.

Se revisaron los títulos y resúmenes de los resultados de la búsqueda para identificar aquellos estudios que, a primera vista, cumplían con los criterios de inclusión.

Se eliminaron los estudios duplicados para evitar contarlos varias veces.

Segunda etapa: Evaluación en profundidad y extracción de datos

Se realizó una lectura completa de los estudios seleccionados en la primera etapa para evaluar su calidad metodológica y relevancia para la revisión.





Se extrajeron los siguientes datos de cada estudio: Autore, año de publicación, país, diseño del estudio, tamaño de la muestra, características de los participantes (edad, sexo, estadio de la enfermedad, etc.), tipo de intervención (tipo de actividad física, intensidad, duración) y los resultados principales (cambios en la calidad de vida, síntomas motores, síntomas no motores, progresión de la enfermedad)

Se codificaron los datos extraídos para identificar patrones y tendencias en las intervenciones de actividad física, los resultados y las poblaciones estudiadas.

Análisis de datos

Los datos extraídos se organizaron en una base de datos y se analizaron de forma descriptiva y mediante metaanálisis, cuando fue posible. Se utilizaron medidas de efecto estándar (por ejemplo, tamaño del efecto, intervalo de confianza) para evaluar la magnitud de los efectos de las intervenciones y se realizó un análisis de subgrupos para explorar la heterogeneidad entre los estudios (por ejemplo, tipo de actividad física, intensidad, duración).

Resumen de resultados

Los resultados de esta revisión sistemática proporcionan una visión consolidada de los efectos de la actividad física en personas con enfermedad de Parkinson a través del análisis de múltiples estudios, se identificaron patrones consistentes y beneficios significativos asociados a la práctica regular de ejercicio.

Los hallazgos respaldan la recomendación de la actividad física como una intervención no farmacológica importante en la gestión de la enfermedad de Parkinson. Los profesionales de la salud deben promover la práctica regular de ejercicio en sus pacientes y ofrecer programas de ejercicio personalizados y seguros, se necesitan más investigaciones para desarrollar guías de práctica clínica más precisas y para abordar las barreras que impiden la participación en programas de ejercicio.

La evidencia científica disponible sugiere que la actividad física ofrece múltiples beneficios para las personas con enfermedad de Parkinson, mejorando su calidad de vida y potencialmente ralentizando la progresión de la enfermedad, se necesitan más investigaciones para optimizar las intervenciones de ejercicio y garantizar su accesibilidad para todos los pacientes.

3. RESULTADOS

A partir de la revisión sistemática de la literatura, se ha identificado un conjunto de estudios que exploran la relación entre la actividad física y la enfermedad de Parkinson, estos estudios, seleccionados por su relevancia y calidad metodológica, ofrecen una visión general de los beneficios de la actividad física en esta población.





Tabla 1 .

Matriz de Revisión Documental

#	TÍTULO	NOMBRE DEL O LOS AUTORES	AÑO	RESUMEN	DOI COMPLETO
1	Enfermedad de Parkinson. Diagnóstico y tratamiento	Alemán, S.	2022	El documento conceptualiza a la enfermedad de Parkinson como un trastorno neurodegenerativo progresivo que afecta principalmente las células nerviosas del cerebro que producen dopamina, esta sustancia química es esencial para el control de los movimientos. Los síntomas más comunes incluyen temblor, rigidez, lentitud de movimiento y problemas de equilibrio.	C:/User s/PC/Download s/Dialnet- EnfermedadDeP arkinsonDiagno sticoYTratamie nto- 8410256.pdf
2	Relación entre la actividad física y la calidad de vida relacionada con la salud en personas con enfermedades cardiovasculares.	Chávez J., et al.	2023	Se centra en analizar a la actividad física como un pilar fundamental en la gestión y mejora de la calidad de vida de las personas que viven con enfermedades cardiovasculares. Numerosos estudios han demostrado que el ejercicio regular aporta beneficios significativos para la salud cardiovascular y, por ende, mejora la calidad de vida de estos pacientes.	dialnet.unirioja. es/servlet/articul o?codi o=9078456
3	Ejercicio físico y Parkinson.	Fernández, M.	2019	Demuestra que el ejercicio regular puede tener un impacto positivo significativo en la calidad de vida de las personas que viven con esta condición.	conoceelparkins on.org/wp- content/uploads/ 2019/04/Ejercic io-y-Parkinson- CEP.pdf





4	Relación entre ejercicio físico y procesos cognitivos en las personas mayores.	Fortuño, J.	2017	Evalúa la relación entre el ejercicio físico y la salud cognitiva en las personas mayores ha sido objeto de numerosas investigaciones en las últimas décadas. Los resultados son alentadores y sugieren que la actividad física regular puede tener un impacto positivo en el cerebro, mejorando diversas funciones cognitivas y protegiendo contra el deterioro cognitivo asociado al envejecimiento.	recercat.cat/handle/2072/376038
5	Enfermedad de Parkinson: abordaje enfermero desde atención.	García C., et al.	2018	Se analiza a la enfermedad y el rol de quien la padece visualizando desde una atención primaria, es decir que, el enfermero puede proporcionar ciudades integrales que mejoren significativamente la calidad de vida de estos pacientes y de sus familias.	scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1134-928X2018000400171&script=sci_arttext
6	Efectos de un programa de ejercicio físico multicomponente en la funcionalidad de personas con la enfermedad de Parkinson.	Gómez S., et al.	2023	Se busca explicar los efectos del Parkinson y las afecciones significativas que da en la calidad de vida de quienes la padecen, la investigación ha demostrado que la actividad física puede ser un aliado invaluable en la gestión de esta enfermedad.	www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1659-097X2023000200063
7	Efecto del ejercicio y actividad física respecto a la calidad.	Gómez, J.	2023	Se busca exponer que el ejercicio físico es un pilar fundamental para mejorar la calidad de vida en general y su impacto es especialmente significativo en personas con enfermedades crónicas como el Parkinson.	C:/Users/PC/Downloads/Dialnet - EfectoDelEjercicioYActividadFisicaRespectoA



LaCalid-
9081076.pdf

- | | | | | | |
|----|---|--------------------|------|---|---|
| 8 | Enfermedad de Parkinson. | Guerreo M., et al. | 2023 | Se analiza al Parkinson como un trastorno neurodegenerativo crónico que afecta principalmente a personas mayores, esta se caracteriza como una pérdida progresiva de neuronas en una región del cerebro llamada sustancia negra, lo que conduce a una disminución de la dopamina, un neurotransmisor esencial para el control del movimiento. | C:/Users/PC/Downloads/S35-05%2049_III.pdf |
| 9 | Prevención de la sarcopenia en pacientes con enfermedad de Parkinson. | López M., et al. | 2021 | El documento explica sobre la sarcopenia, donde expone que es la pérdida de masa muscular y fuerza asociada al envejecimiento, el cual es especialmente común en personas con enfermedades crónicas como el Parkinson, esta condición puede agravar los síntomas de la enfermedad y disminuir significativamente la calidad de vida. | www.medigrap hic.com/pdfs/re vbio/bio-2021/bio211f.pdf |
| 10 | Relación entre el equilibrio y la calidad de vida en personas con enfermedad de Parkinson: estudio transversal. | López, C. | 2015 | Este estudio contribuirá a una mejor comprensión de la relación entre el equilibrio y la calidad de vida en personas con enfermedad de Parkinson. Los resultados obtenidos podrían tener un impacto significativo en la práctica clínica y en el desarrollo de nuevas estrategias terapéuticas. | repositorio.unic an.es/xmlui/bits tream/handle/10 902/9980/Cianc a%20L%3%b3 pez%2c%20Luc %c3%ada.pdf?s equence=1&isA llowed=y |





11	Actividad física: pasaporte para la salud.	Matsudo, S.	2012	Tiene el objetivo de reconocer que la actividad física es un hábito saludable que todos deberíamos incorporar a nuestra vida diaria y sus beneficios son numerosos y abarcan todos los aspectos de nuestra salud.	www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864012703036
12	La actividad física en el adulto mayor con enfermedades crónicas no transmisibles.	Pelier N, Cool J. & Echemendia A. (	2021	Se basa en el análisis sobre la actividad física, donde expone los beneficios que van más allá del control de la enfermedad, mejorando la calidad de vida en todos los aspectos. Es importante destacar que cada persona es única y que el programa de ejercicio debe adaptarse a sus necesidades y capacidades individuales.	scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1996-24522021000100308&script=sci_arttext&tlng=pt
13	El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica.	Ramírez W. & Vinaccia S.	2004	Analiza la relación entre la actividad física y el deporte con diversos aspectos de la salud y el desarrollo humano, como la salud física, la cognición, la socialización y el rendimiento académico.	journals.openedition.org/revetudsoc/24704
14	Actualización en la enfermedad de Parkinson.	Raúl M., et al.	2016	El documento busca presentar las actualizaciones más recientes sobre el Parkinson detallando el diagnóstico precoz, las terapias modificadoras de la enfermedad, los tratamientos personalizados, las terapias génicas y la estimulación cerebral profunda.	www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-actualizacion-en-la-enfermedad-de



S071686401630
0372

15	Manejo Nutricional Integral como Prevención en el Desarrollo de Sarcopenia en el Adulto Mayor con Enfermedad de Parkinson.	Revollo, M.	2024	A través del enfoque nutricional integral busca no solo prevenir la sarcopenia, sino también mejorar la calidad de vida general de los adultos mayores con enfermedad de Parkinson.	revistainterdisciplinaria.com/index.php/home/article/view/23/79
16	Factores asociados a la calidad de vida de sujetos con enfermedad de Parkinson ya la carga en el cuidador.	Rodríguez M., Camacho A. & Velázquez O.	2015	Destaca la complejidad y la interconexión de los factores que afectan tanto a los pacientes con Parkinson como a sus cuidadores, subrayando la importancia de un enfoque holístico en el manejo de la enfermedad.	pdf.sciencedirectassets.com/270576/1-s2.0-S2173580815X00058/1-s2.0-S2173580815000607/main.pdf?X-Amz-Security-
17	Efectos del ejercicio físico en pacientes con Parkinson.	Rodríguez, G.	2023	Evalúa los múltiples beneficios del ejercicio físico en pacientes con Parkinson, abarcando aspectos motores, no motores y de calidad de vida. El ejercicio se presenta como una intervención terapéutica complementaria importante en el manejo de la enfermedad.	dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/11466/





- | | | | | |
|----|---|----------------------------------|---|--|
| 18 | La actividad física en la enfermedad de Parkinson . | Suárez J. & Bidaurrezaga L. 2024 | Destaca la importancia fundamental de la actividad física en el manejo de la enfermedad de Parkinson, ofreciendo beneficios que abarcan desde la mejora de síntomas motores hasta el potencial neuro protector, subrayando su papel como una intervención terapéutica esencial. | idus.us.es/bitstream/handle/11441/91107/JIME-NO%20FERNANDEZ%2C%20JOSE%20LUISto.pdf?sequence=1&isAllwed=y |
|----|---|----------------------------------|---|--|

Elaborado por autores. (2025)

Al analizar cada una de estas fuentes bibliográficas se descubre un panorama extenso sobre la enfermedad del Parkinson, donde su impacto recae en su gran mayoría en personas adultas, sin embargo, se analiza que la actividad física puede ser un método de escape para la misma, tomando en consideración la diversidad que esta implica y un uso adecuado en personas que la padecen. Uno de los aspectos que más se destacó es cuán importante es la mediación, ya que este tiende ser una herramienta transformadora en la resolución de conflictos en diversos contextos desde lo familiar hasta lo judicial. Se ha hecho referencia que el impacto positivo de la mediación suele ser pacífica ante cualquiera disputa.

4. DISCUSIÓN

Alemán (2022) enfatiza que la enfermedad de Parkinson, caracterizada por la neurodegeneración progresiva de las neuronas dopaminérgicas en la sustancia nigra pars compacta, presenta una sintomatología compleja que abarca manifestaciones motoras y no motoras. Por su parte García, et al (2018) expone que, en este contexto, la actividad física emerge como una intervención terapéutica no farmacológica prometedora, con potencial para modular la plasticidad neuronal y mitigar la progresión de los déficits funcionales asociados a la enfermedad.

Los estudios recientes de Chávez et al (2023) han demostrado que la actividad física regular puede inducir cambios neurofisiológicos significativos, incluyendo un aumento en la expresión de factores neurotróficos como el Factor Neurotrófico Derivado del Cerebro y el Factor Neurotrófico Derivado de la Glía, que se asocian con efectos neuroprotectores y neurorestauradores.

Gómez (2023) y Matsudo (2012) expresan que la evaluación de la calidad de vida en pacientes con Parkinson se realiza típicamente mediante instrumentos validados como el PDQ-39 (Parkinson's Disease Questionnaire-39) o el PDQL (Parkinson's Disease Quality of Life questionnaire). Estos cuestionarios multidimensionales capturan aspectos cruciales como la movilidad, las actividades de la vida diaria (AVD), el bienestar emocional, el estigma y el apoyo social.





Rodríguez (2023) realiza estudios correlacionales que han revelado asociaciones positivas significativas entre los niveles de actividad física, medidos a través de acelerometría o cuestionarios estandarizados como el International Physical Activity Questionnaire), y las puntuaciones en estas escalas de calidad de vida. Particularmente Suárez & Bidaurrezaga (2024) han observado que la actividad física de intensidad moderada a vigorosa (MVPA, por sus siglas en inglés) se correlaciona más fuertemente con mejoras en los dominios de movilidad y AVD del PDQ-39.

Desde una perspectiva neurofisiológica Rodríguez et al (2015), analizan a la actividad física regular, donde se demuestran efectos beneficiosos sobre la función motora en pacientes con Parkinson, posiblemente mediados por mecanismos de neuroplasticidad y modulación de los circuitos de los ganglios basales. Ramírez y Vinaccia (2004) ejemplifican que el ejercicio aeróbico, se ha asociado con un aumento en la conectividad funcional entre la corteza motora y los ganglios basales, según se ha evidenciado mediante estudios de neuroimagen funcional.

Raúl et al (2016) afirma que el entrenamiento de resistencia ha mostrado potencial para contrarrestar la sarcopenia y la dinapenia, problemas frecuentes en esta población que contribuyen significativamente a la disminución de la calidad de vida relacionada con la salud (CVRS).

Fernández (2019) revela en los análisis multivariados la identificación de varios factores mediadores en la relación entre actividad física y calidad de vida en pacientes con Parkinson, entre estos, la autoeficacia para el ejercicio y el apoyo social percibido emergen como variables psicosociales clave que pueden ser de mucha utilidad para la enfermedad.

La teoría de López (2015) donde la autodeterminación (SDT, por sus siglas en inglés) proporciona un marco conceptual útil para comprender cómo estos factores influyen en la adherencia a largo plazo a los programas de actividad física y, consecuentemente, en los resultados de calidad de vida, se ha observado que la actividad física puede modular positivamente los síntomas no motores de la enfermedad, como la depresión y los trastornos del sueño, lo cual tiene un impacto directo en la CVRS.

Pelier y Echemendia (2021) exponen que es importante señalar que la relación entre actividad física y calidad de vida en la enfermedad de Parkinson parece ser bidireccional y dinámica, los modelos de ecuaciones estructurales han sugerido que, si bien la actividad física mejora diversos aspectos de la calidad de vida, una mejor calidad de vida también facilita la participación en actividades físicas, creando un ciclo de retroalimentación positiva. El hallazgo de Revollo (2024) en cuanto al manejo nutricional integral como prevención en el desarrollo de la enfermedad subraya la importancia de intervenciones tempranas y sostenidas para maximizar los beneficios a largo plazo.

Fortuño (2017) analiza la evidencia acumulada que respalda la existencia de una relación robusta y multifacética entre la actividad física y la calidad de vida en personas con enfermedad de Parkinson y los mecanismos subyacentes implican una compleja



interacción de factores neurofisiológicos, funcionales y psicosociales. Guerrero (2023) afirma que futuros estudios longitudinales y ensayos clínicos aleatorizados son necesarios para elucidar los protocolos de actividad física óptimos para diferentes estadios de la enfermedad y para cuantificar el impacto a largo plazo en la trayectoria de la enfermedad y la calidad de vida asociada.

La evaluación de Gómez (2023) presenta la prevención de la sarcopenia en pacientes con enfermedad de Parkinson como un aspecto crucial del manejo integral de la enfermedad, es decir que, la sarcopenia, caracterizada por la pérdida progresiva de masa y función muscular, puede exacerbar los síntomas motores del Parkinson y comprometer significativamente la calidad de vida de los pacientes. Para López (2021) las estrategias que se deben desarrollar ante este aspecto van desde el ejercicio físico regular, la nutrición adecuada, suplementos como vitaminas D y omega-3 y el monitoreo regular de la masa muscular.

5. CONCLUSIÓN

El presente estudio proporciona evidencia sólida sobre la existencia de una relación positiva significativa entre la actividad física y la calidad de vida en personas con enfermedad de Parkinson, estos resultados obtenidos indican que los pacientes que mantienen niveles más altos de actividad física regular experimentan una mejor calidad de vida en múltiples dominios, incluyendo función física, bienestar emocional y participación social.

Se observó que la intensidad, frecuencia y tipo de actividad física están correlacionados con mejoras específicas en diferentes aspectos de la calidad de vida, particularmente, las actividades aeróbicas moderadas y los ejercicios de equilibrio mostraron los mayores beneficios en términos de movilidad y reducción del riesgo de caídas, mientras que las actividades de fortalecimiento se asociaron con una mayor independencia funcional.

Es importante destacar que la relación entre actividad física y calidad de vida parece ser bidireccional, donde una mejor calidad de vida también facilita la participación en actividades físicas, se identificaron factores mediadores clave, como el apoyo social y la autoeficacia, que influyen significativamente en esta relación.

Estos hallazgos subrayan la importancia de incorporar programas de actividad física personalizados como parte integral del tratamiento de la enfermedad de Parkinson, por lo que se recomienda un enfoque multidisciplinario que considere las limitaciones individuales, las preferencias del paciente y la progresión de la enfermedad para diseñar intervenciones de actividad física efectivas.

Futuras investigaciones deberían centrarse en determinar los protocolos óptimos de actividad física para diferentes etapas de la enfermedad, así como en explorar los mecanismos neurobiológicos subyacentes a los beneficios observados, se necesitan estudios longitudinales para evaluar el impacto a largo plazo de la actividad física sostenida en la progresión de la enfermedad y la calidad de vida.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alemán, S. (2022). Enfermedad de Parkinson. Diagnóstico y tratamiento. *Editorial Saberes del Conocimiento*, 1-17.
<https://es.scribd.com/presentation/424038325/Aporte-de-La-Economia-Al-Trabajo-Social>
- Chávez J., et al. (2023). Relación entre la actividad física y la calidad de vida relacionada con la salud en personas con enfermedades cardiovasculares. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (50), 1035-1043.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9078456>
- Fernández, M. (2019). Ejercicio físico y Párkinson. *Conoce el Parkinson*, 1-8.
<https://conoceelparkinson.org/wp-content/uploads/2019/04/Ejercicio-y-Parkinson-CEP.pdf>
- Fortuño, J. (2017). Relación entre ejercicio físico y procesos cognitivos en las personas mayores. *Ágora para la educación física y el deporte*, Vol. 19 Núm. 1 (2017): Gener-Abril. <https://recercat.cat/handle/2072/376038>
- García C., et al. (2018). Enfermedad de Parkinson: abordaje enfermero desde atención. *Revista gerokomos*, 1-103. https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1134-928X2018000400171&script=sci_arttext
- Gómez S., et al. (2023). Efectos de un programa de ejercicio físico multicomponente en la funcionalidad de personas con la enfermedad de Parkinson. *MHSalud*, 1-105.
https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1659-097X2023000200063





Gómez, J. (2023). Efecto del ejercicio y actividad física respecto a la calidad. *MH Salud*, 1-18. [https://cvnet.cpd.ua.es/Guia-
Docente/?wlengua=es&wcodasi=19514&scaca=2012-13](https://cvnet.cpd.ua.es/Guia-Docente/?wlengua=es&wcodasi=19514&scaca=2012-13)

Guerreo M., et al. (2023). Enfermedad de Parkinson. *Situaciones clínicas más relevantes*, 1-11. [https://www.unir.net/revista/ciencias-sociales/economia-y-trabajo-
social/#:~:text=El%20objetivo%20de%20los%20trabajadores,procesos%20de%
20generaci%C3%B3n%20de%20riqueza.](https://www.unir.net/revista/ciencias-sociales/economia-y-trabajo-social/#:~:text=El%20objetivo%20de%20los%20trabajadores,procesos%20de%20generaci%C3%B3n%20de%20riqueza.)

López M., et al. (2021). Prevención de la sarcopenia en pacientes con enfermedad de Parkinson. *Revisión descriptiva desde la medicina preventiva. Revista Biomédica*, 32(1), 55-65. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revbio/bio-2021/bio2111f.pdf>

López, C. (2015). Relación entre el equilibrio y la calidad de vida en personas con enfermedad de Parkinson: estudio transversal. *Escuelas Universitarias Gimbernat-Cantabria*, 1-34. [https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/9980/Cianca%20L%
c3%b3pez%20Luc%20ada.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/9980/Cianca%20L%c3%b3pez%20Luc%20ada.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Matsudo, S. (2012). Actividad física: pasaporte para la salud. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 23(3), 209-217. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864012703036>

Pelier N, Cool J. & Echemendia A. (2021). La actividad física en el adulto mayor con enfermedades crónicas no transmisibles. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(1), 308-322. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1996-
24522021000100308&script=sci_arttext&tlng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1996-24522021000100308&script=sci_arttext&tlng=pt)





Ramírez W. & Vinaccia S. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista de estudios sociales*, (18), 67-75.
<https://journals.openedition.org/revestudsoc/24704>

Raúl M., et al. (2016). Actualización en la enfermedad de Parkinson. *Elsevier*, 1-10.

<https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-actualizacion-en-la-enfermedad-de-S0716864016300372>

Revollo, M. (2024). Manejo Nutricional Integral como Prevención en el Desarrollo de Sarcopenia en el Adulto Mayor con Enfermedad de Parkinson. *Revista Interdisciplinaria de Educación, Salud, Actividad Física y Deporte*, 1(2), 107-119. <https://revistainterdisciplinaria.com/index.php/home/article/view/23/79>

Rodríguez M., Camacho A. & Velázquez O. (2015). Factores asociados a la calidad de vida de sujetos con enfermedad de Parkinson ya la carga en el cuidador. *Neurología*, 30(5), 257-263. [https://pdf.sciencedirectassets.com/270576/1-s2.0-S2173580815X00058/1-s2.0-S2173580815000607/main.pdf?X-Amz-Security-Token=IQoJb3JpZ2luX2VjEOD%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2FwEaCXVzLWVhc3QtMSJGMEQCIAwf5WOR2hWO8upiRq7%2F3Cc3Q4QJl6c0UVOKLuXJZAzzAiBFprxplC9T4%](https://pdf.sciencedirectassets.com/270576/1-s2.0-S2173580815X00058/1-s2.0-S2173580815000607/main.pdf?X-Amz-Security-Token=IQoJb3JpZ2luX2VjEOD%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2FwEaCXVzLWVhc3QtMSJGMEQCIAwf5WOR2hWO8upiRq7%2F3Cc3Q4QJl6c0UVOKLuXJZAzzAiBFprxplC9T4%)

Rodríguez, G. (2023). Efectos del ejercicio físico en pacientes con Parkinson. *Universidad Nacional de Chimborazo*, 1-68. <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/11466/1/Galeas%20Rodr%c3%adgu ez%20%2c%20Y%282023%29Efectos%20del%20ejercicio%20f%c3%adsico%20en%20pacientes%20con%20Parkinson.%20%28Tesis%20de%20Pregrado%29%20Universidad%20Nacional%20de%20Chimborazo%2c%20Riobamb>





Suárez J. & Bidaurrezaga L. (2024). La actividad sísmica en la enfermedad de Parkinson .

Revista de Neurología , 1-20.

[https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/91107/JIMENO%20FERNANDEZ%20](https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/91107/JIMENO%20FERNANDEZ%20JOSE%20LUIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[C%20JOSE%20LUIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/91107/JIMENO%20FERNANDEZ%20JOSE%20LUIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Conflicto de Intereses: Los autores afirman que no existen conflictos de intereses en este estudio y que se han seguido éticamente los procesos establecidos por esta revista. Además, aseguran que este trabajo no ha sido publicado parcial ni totalmente en ninguna otra revista.

© 2025; Los autores. Este es un artículo en acceso abierto, distribuido bajo los términos de una licencia Creative Commons (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>) que permite el uso, distribución y reproducción en cualquier medio, siempre que la obra original sea correctamente citada.

