Carta al editor

El rol del fisioterapeuta en las alteraciones nutricionales de pacientes con enfermedades crónicas no transmisibles

The role of the Physiotherapist in Nutritional Alterations of Patients with non-communicable Chronic Diseases

Ismaray Sacerio González[1] Lourdes Elena Duany Badell[1]

[1] Universidad de Ciencias Médicas de Cienfuegos, Cuba

Cómo citar este artículo:
Sacerio-González I, Duany-Badell L. El rol del fisioterapeuta en las alteraciones nutricionales de pacientes con enfermedades crónicas no transmisibles. **Revista Finlay** [revista en Internet]. 2024 [citado 2026 Nov 11]; 14(2):[aprox. 2 p.]. Disponible en: https://revfinlay.sld.cu/index.php/finlay/article/view/1254

Recibido: 2023-04-03 16:06:25
Aprobado: 2024-03-27 00:23:51

Correspondencia: Ismaray Sacerio González. Universidad de Ciencias Médicas de Cienfuegos. Cienfuegos. ismaraysg@gmail.com

Sr. Director:

Con la finalidad de lograr una buena alimentación, es de vital importancia alcanzar un favorable proceso de recuperación y curación de tejidos lesionados, es por ello que entre los epítomes que puede utilizar el fisioterapeuta, está la nutrición en fisioterapia. Por medio de la nutrición se pueden tratar eficazmente variedad de enfermedades y afecciones del sistema musculoesquelético, por lo que desde la fisioterapia se pueden lograr mayores avances en el proceso de rehabilitación de la persona lesionada.

Desde los orígenes de la medicina, la dieta y los hábitos alimenticios se han incluido en el tratamiento de las enfermedades, debido a que la nutrición adecuada es una importante medida preventiva y desempeña un papel de apoyo durante la terapia. Desde el año 400 a.n.e. Hipócrates declaraba que la comida podía ser usada como medicina y habló sobre la necesidad de combinar un régimen alimenticio con un régimen de actividad física. Galeno a su vez, a partir del año 180 d.n.e. trabajó e investigó más a fondo el tema de la nutrición y la salud. *Thomas Edison* en 1903 hablaba de que el médico del futuro ya no trataría al cuerpo humano con medicamentos, sino que más bien curaría y prevendría la enfermedad con nutrición. Es por ello que la *nutrición* cumple un papel fundamental para afrontar una recuperación.[(1)]

La alimentación constituye un elemento fundamental del desarrollo y la evolución del ser humano porque, en primer término, permite la supervivencia. Cuando el hombre consigue moderar, diversificar y asegurar cantidades suficientes de alimentos, su significado con frecuencia se relaciona con otros elementos, como la religión, la cultura, las costumbres, las creencias personales, la vida social, la política y la economía. Esta conjugación complejiza la noción de la alimentación, por tanto, esta no solo cumple una función biológica, sino también social, simbólica y cultural, con sus respectivas repercusiones en el estado de salud individual y colectiva.[(2)]

La nutrición es una intervención efectiva desde la fisioterapia para tratar afecciones musculares como la pérdida de masa muscular o la atrofia muscular, ya que al aumentar la ingesta de proteínas se evita la disminución en la síntesis de proteínas del cuerpo, lo que permite al organismo mantener la fuerza y el tono muscular.[(2)]

Durante procesos inflamatorios, se puede tomar control de la inflamación si se incluyen en la alimentación grasas saludables, estas protegen contra la inflamación porque influyen en el

movimiento del flujo sanguíneo y promueven la función de las células inmunitarias. Para combatir la inflamación, se aumenta el consumo de ácidos grasos como Omega-3. También la suplementación de Omega-3 minimiza la atrofia por desuso muscular, porque se ha demostrado que mejora la sensibilidad anabólica a los aminoácidos, lo que facilita el uso de proteínas por parte del cuerpo.[3]

De igual manera al eliminar de la dieta algunos alimentos proinflamatorios en quienes padecen enfermedades no transmisibles se puede contribuir a la disminución del dolor por inflamación y al aumento de la movilidad, ya que existen alimentos proinflamatorios como los aceites, el café y el azúcar que contribuyen a que la enfermedad y los procesos inflamatorios se establezcan.

Es importante añadir que las selecciones de nutrientes en un paciente con alguna patología crónica tienen un resultado inmediato en el tratamiento rehabilitador. Atendiendo a estas consideraciones las elecciones nutricionales de un paciente tienen un efecto directo en el tratamiento fisioterapéutico, para perfeccionar su recuperación el fisioterapeuta le ofrece la orientación nutricional que requiera. Por otra parte, debe tenerse en cuenta que una ingesta adicional de nutrientes naturales no es suficiente y es necesario complementarla con otras opciones terapéuticas dentro de la fisioterapia.

En los últimos años, se han llevado a cabo estudios que comprueban los efectos inmunomoduladores y antiinflamatorios de ciertos alimentos, la mayoría de ellos en pacientes con sarcopenia o en recuperación muscular después de una sesión de ejercicio excéntrico. Esta aplicación, es un área poco desarrollada, pero con un enorme potencial como línea de investigación futura, al considerar la disminución de los costos personales y económicos que trae consigo esta intervención.[4]

Por otro lado, el fisioterapeuta no realiza revisiones dietéticas, simplemente brinda la orientación necesaria sobre los alimentos que estén contribuyendo al empeoramiento del padecimiento, porque lo que una persona enferma come, finalmente afectará los resultados de la rehabilitación, su riesgo de desarrollar enfermedades crónicas y su calidad de vida, por lo que la evaluación nutricional es parte fundamental del plan integral de atención del fisioterapeuta a través de la creación de objetivos simples y alcanzables como por ejemplo: aumentar el consumo de agua, aumentar el consumo de determinados alimentos o eliminar determinados alimentos procesados o proinflamatorios y el azúcar, y en caso de ser necesario está en la potestad de remitir al paciente a profesionales de nutrición y dietética.[5]

El rol del fisioterapeuta es detectar y proporcionar información sobre la dieta y los problemas nutricionales a los pacientes con enfermedades no transmisibles dentro de la práctica de la rehabilitación. Una adecuada nutrición fortalecerá el cerebro, lo nutrirá y hará que la persona procese mejor la información, que tenga más energía para poder aprender y recuperar maneras saludables y sanas de llevar sus emociones y reaccionar con patrones de conductas más saludables.[6]

Conflicto de intereses:

Las autoras declaran la no existencia de conflictos de intereses relacionados con el estudio.

Los roles de autoría:

1. Conceptualización: Ismaray Sacerio González.

2. Curación de datos: Ismaray Sacerio González.

3. Análisis formal: Ismaray Sacerio González, Lourdes Elena Duany Badell.

4. Adquisición de fondos: Esta investigación no contó con la adquisición de fondos.

5. Investigación: Ismaray Sacerio González, Lourdes Elena Duany Badell.

6. Metodología: Ismaray Sacerio González, Lourdes Elena Duany Badell.

7. Administración del proyecto: Ismaray Sacerio González.

8. Recursos: Ismaray Sacerio González, Lourdes Elena Duany Badell.

9. Software: Ismaray Sacerio González, Lourdes Elena Duany Badell.

10. Supervisión: Ismaray Sacerio González, Lourdes Elena Duany Badell.

11. Validación: Ismaray Sacerio González, Lourdes Elena Duany Badell.

12. Visualización: Ismaray Sacerio González, Lourdes Elena Duany Badell.

13. Redacción del borrador original: Ismaray Sacerio González, Lourdes Elena Duany Badell.

14. Redacción, revisión y edición: Ismaray Sacerio González, Lourdes Elena Duany Badell.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Junquera I. ¿Qué es la nutrición en fisioterapia, para qué sirve y cómo funciona? [Internet]. Madrid: Fisioclinic; 2024 [citado 20 Feb 2024]. Disponible en: https://www.fisioterapia-online.com/videos/que-es-la-nutricion-en-fisioterapia-para-que-sirve-y-como-funciona

2. Blanco I, Florence L, Théodore R. Prácticas alimentarias desde una perspectiva sistémica completa. Rev Razón Palabra [Internet]. 2016 [citado 20 Feb 2023];20(3):[aprox. 10p]. Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6357202

3. Vergara L, Lizárraga A, Pruna R. Intervención nutricional durante la lesión muscular considerando su fisiopatología: artículo de revisión. Rev Apunt Edu Física Deportes [Internet]. 2020 [citado 20 Mar 2023];142(4):[aprox. 10p]. Disponible en: https://revista-apunts.com/intervencion-nutricional-durante-la-lesion-muscular-considerando-su-fisiopatologia-articulo-de-revision/

4. Beaudart C, Rabenda V, Simmons M, Geerinck A, de Carvalho IA, Reginster JY. Effects of Protein, Essential Amino Acids, B-Hydroxy B-Methylbutyrate, Creatine, Dehydroepiandrosterone and Fatty Acid Supplementation on Muscle Mass, Muscle Strength and Physical Performance in Older People Aged 60 Years and Over. A Systematic Review of the Literature. J Nutr Health Aging. 2018;22(1):117-30

5. Estrada IA. La nutrición y su impacto en la terapia física y la rehabilitación [Internet]. México: Centro Mexicano Universitario de Ciencias y Humanidades; 2020 [citado 20 Mar 2023]. Disponible en: https://cmuch.edu.mx/blog/la-nutricion-y-su-impacto-en-la-terapia-fisica-y-la-rehabilitacion/

6. Flores ML, Mindek E, Osorio RM. Modificaciones en las prácticas dietéticas a través de un tratamiento nutricional integral: Factores que influyen en su éxito o fracaso. Rev Mex Trast Aliment [Internet]. 2020 [citado 11 Sep 2023];10(4):[aprox. 15p]. Disponible en: https://www.redalyc.org/journal/4257/425771653002/html/