



El Impacto de la Actividad Física en el Control y Mantenimiento de la Diabetes Mellitus tipo II

Maycon Wagatuma Salviano

Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Central del Paraguay, Pedro Juan

Caballero

Tutoría: Dra. Adriely Pagnonceli

02 de Febrero de 2024

Trabajo Final de Grado

El Impacto de la Actividad Física en el Control y Mantenimiento de la Diabetes Mellitus tipo II¹

The Impact of Physical Activity on the Control and Maintenance of Type II Diabetes Mellitus¹

Maycon Wagatuma Salviano², Dra. Adriely Pagnonceli³

Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Central del Paraguay,
Pedro Juan Caballero, Amambay, Paraguay

Resumen

Se trata de un estudio de revisión narrativa de la literatura, en donde se buscó demostrar a través de lectura de artículos renombrados, la importancia de la práctica de ejercicios físicos para los pacientes diabéticos en cualquier edad. Los resultados demuestran claramente que la práctica de ejercicios físicos tanto aeróbicos como anaeróbicos para este tipo de paciente, es extremadamente beneficiosa, disminuyendo los factores de riesgos, mejorando la salud cardiovascular, disminuyendo las cifras de glucemia e incluso traendo mejoras en la salud mental de cada individuo. Pero, se demostró también que aún existen diversos desafíos a ser enfrentados por los profesionales de salud y por el equipo multidisciplinario para individualizar el tratamiento y mejorar la adherencia de los pacientes al tan mencionado cambio del estilo de vida.

Palabras clave: Actividad Física, Diabetes Mellitus, Prevención, cambio del estilo de vida, metabolismo.

¹ Artículo científico presentado como Trabajo Final de Grado a la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Central del Paraguay – Filial Pedro Juan Caballero, para la obtención del título de Médico.

² Autor. Estudiante de la carrera de Medicina. Correo electrónico: mayconwagatumasalviano@gmail.com

³ Docente tutor. Médico.