

**EFFECTIVIDAD DE LA FISIOTERAPIA GERIÁTRICA EN LA REDUCCIÓN DE  
DEPENDENCIA FUNCIONAL Y MEJORA DE ACTIVIDADES DE LA VIDA  
DIARIA EN PERSONAS MAYORES DE 65 AÑOS: ESTUDIO DESCRIPTIVO EN  
CERRITO, ÑEEMBUCÚ**

**EFFECTIVENESS OF GERIATRIC PHYSIOTHERAPY IN REDUCING  
FUNCTIONAL DEPENDENCE AND IMPROVING ACTIVITIES OF DAILY  
LIVING IN PEOPLE OVER 65 YEARS OF AGE: A DESCRIPTIVE STUDY IN  
CERRITO, ÑEEMBUCÚ**

**Lorena Del Pilar Sanabria López<sup>1</sup>, Alejandro Sosa<sup>3</sup>, Alcides Romero<sup>3</sup>, Marcelo Barrios<sup>1</sup>,  
Lic. Brahian Coronel<sup>3</sup>.**

<sup>1</sup>Universidad San Lorenzo, Facultad de Ciencias de la Salud y el Deporte, Sede Central

<sup>2</sup>Universidad San Lorenzo, Facultad de Ciencias de la Salud y el Deporte, Filial Pilar

<sup>3</sup>Universidad San Lorenzo, Facultad de Ciencias de la Salud y el Deporte, Filial Caaguazú

\* Autor correspondiente: lopezloree495@gmail.com

**RESUMEN**

La fisioterapia geriátrica representa una intervención no farmacológica clave para mitigar los efectos del envejecimiento y mejorar la autonomía en adultos mayores. Este estudio descriptivo de enfoque mixto evaluó la aplicación de técnicas de fisioterapia geriátrica en 51 personas mayores de 65 años del distrito de Cerrito, Departamento de Ñeembucú, durante mayo-julio de 2023. Se utilizó el Índice de Barthel para medir la capacidad funcional en actividades básicas de la vida diaria, junto con encuestas y entrevistas a pacientes y profesionales. Los resultados indicaron que el 100% de los participantes reportó mejora significativa en la realización de actividades cotidianas (caminar, bañarse, vestirse), con reducción del dolor y mayor independencia. Las patologías más beneficiadas fueron la osteoartritis y los trastornos de movilidad. El 100% consideró eficaz el tratamiento recibido. Las técnicas más aplicadas incluyeron ejercicios de fortalecimiento, estiramientos, reeducación postural y entrenamiento de marcha. Se concluye que la fisioterapia geriátrica es altamente efectiva para mejorar la funcionalidad, reducir la dependencia y promover un envejecimiento activo en contextos rurales. Se recomienda su integración sistemática en programas de atención primaria y la capacitación continua de profesionales para optimizar resultados en poblaciones similares.

**Palabras clave:** fisioterapia geriátrica, adultos mayores, índice de Barthel, actividades de la vida diaria, envejecimiento

**RESUMO**

Geriatric physiotherapy is a key non-pharmacological intervention to mitigate aging effects and improve autonomy in older adults. This mixed-methods descriptive study evaluated the application of geriatric physiotherapy techniques in 51 people over 65 years in the district of Cerrito, Ñeembucú Department, from May to July 2023. The Barthel Index was used to measure functional capacity in basic activities of daily living, along with surveys and interviews with patients and professionals. Results showed that 100% of participants reported significant improvement in performing daily activities (walking, bathing, dressing), with pain reduction and greater independence. The most benefited pathologies were osteoarthritis and mobility disorders. 100% considered the received treatment effective. The most applied techniques included strengthening exercises, stretching, postural re-education, and gait training. It is concluded that geriatric physiotherapy is highly effective for improving functionality, reducing dependence, and promoting active aging in rural contexts. Its systematic integration into primary care programs and continuous professional training are recommended to optimize outcomes in similar populations.

**Keywords:** geriatric physiotherapy, older adults, Barthel Index, activities of daily living, aging