



UNIVERSIDAD ARTURO MICHELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE FISIOTERAPIA

**EFECTO DE LOS EJERCICIOS FUNCIONALES TERAPÉUTICOS EN EL
DESARROLLO DE CAPACIDADES MOTORAS A JÓVENES Y ADULTOS
CON SÍNDROME DE DOWN**

Laura Inés Oliveros Rodríguez
Zugelen Daniela Rivero Espinoza
Lcdo. José David Briceño Castillo
Abril, 2025

RESUMEN

El síndrome de Down es una condición genética que ocurre cuando hay una copia extra total o parcial del cromosoma 21, lo que resulta en características físicas específicas y retrasos en el desarrollo intelectual y físico. Aunque la experiencia de cada persona con síndrome de Down es única, suelen enfrentar desafíos como un tono muscular bajo, articulaciones laxas y menor resistencia cardiovascular, si bien es cierto, la atención terapéutica del Síndrome de Down debe comenzar desde los primeros momentos de vida. Se debe abordar desde una perspectiva multiprofesional que no descuide los distintos aspectos del desarrollo, afianzando las capacidades potenciales y evitando el deterioro de aquellas aptitudes en las que se aprecie un retraso del desarrollo. El entrenamiento funcional puede ser muy beneficioso para las personas con síndrome de Down, ya que se enfoca en movimientos y ejercicios que mejoran la capacidad de realizar actividades cotidianas. Por ello, el objetivo de esta revisión sistemática es comparar los efectos de diferentes tipos de ejercicio funcionales sobre la función motora de individuos adultos y jóvenes con síndrome de Down. De esta misma forma, este estudio se enmarcó en una investigación observacional retrospectiva con modalidad de revisión sistemática, basada en la recopilación bibliográfica dentro de las bases de PubMed, Google Academic, Athletic Journal Physical Therapy, Scielo Direct, incluyendo estudios que aplicaron ejercicio funcional y entrenamiento. Tras analizar 6 estudios, se pudieron evidenciar resultados positivos en la población “SD” respecto a la movilidad, fuerza, equilibrio y estabilidad. Sin embargo, la mayoría de los efectos van dirigidos hacia la independencia y movilidad de dicha población. En conclusión, el entrenamiento físico ofrece mayores resultados en el ámbito social, psicológico y motriz para los jóvenes y adultos con SD.

Palabras clave: Fisioterapia, Ejercicio Funcional, Síndrome de Down, Psicomotricidad