

Boletín bibliográfico

Rehabilitación en pacientes post Virus Chikungunya



La virosis por Chikungunya no es solo una enfermedad febril autolimitada. Su nombre, derivado de la lengua makonde, significa **"aquel que se dobla"**, describiendo gráficamente la postura que adoptan los pacientes debido a los debilitantes dolores articulares. La fisioterapia y la rehabilitación en el Chikungunya representan un proceso continuo, personalizado y esencial, requiere de un manejo integral que incluye control del dolor, preservación de las funciones, educación y apoyo psicosocial. El tratamiento rehabilitador se iniciará en cuanto el estado clínico del paciente lo permita, se realizará desde la hospitalización para los pacientes que la requieran y debe continuar en la Atención Primaria de Salud.

Hasta en un 40-60% de los casos, la enfermedad evoluciona hacia una fase crónica (mayor a 3 meses), pudiendo persistir durante años. Aquí, la fisioterapia deja de ser un **complemento** para convertirse en la piedra angular del tratamiento.

Fisiopatología del Chikungunya

- Afección Musculoesquelética Directa: el virus tiene un tropismo por el tejido muscular, articular y sinovial. Directamente causa una sinovitis (inflamación de la membrana sinovial) y una miositis (inflamación muscular).
- Respuesta Inmunológica Exacerbada: La persistencia de antígenos virales en estos tejidos des-

encadena una respuesta inflamatoria crónica, similar a enfermedades reumáticas autoinmunes como la Artritis Reumatoide.

- Consecuencias: Esto resulta en:
- Dolor intenso, especialmente a la movilización y por las mañanas (rigidez matutina >1 hora).
- Edema articular.
- Pérdida de rango de movimiento (ROM) por dolor y edema.
- Debilidad muscular y atrofia por desuso y afectación directa.
- Fatiga severa y persistente. Sin intervención, este ciclo de Dolor → Inmovilidad → Atrofia → Rigidez → Más Dolor conduce a contracturas, deformidades (como flexión de rodillas y codos) y una

pérdida severa de la independencia.

Los objetivos generales de la rehabilitación frente a la infección son:

- Controlar el Dolor y la Inflamación (en fase aguda)
- Preservar y restaurar las funciones.
- Restaurar rango de movimiento.
- Preservar la Fuerza Muscular (prever y tratar la atrofia)
- Prevenir y Corregir Deformidades.
- Minimizar la discapacidad.
- Educación del paciente y la familia para la independencia en AVD.
- Mejorar la calidad de vida relacionada con la salud.

[Tomado de facebook](#)

Boletín bibliográfico

Rehabilitación en pacientes post Virus Chikungunya

La actividad física terapéutica escalonada y supervisada tiene la capacidad de limitar la inflamación residual, mejorar la nutrición articular y proteger contra las adherencias o la fibrosis periartricular. Los ejercicios articulares suaves y los estiramientos activos son medios importantes para mantener el rango de movimiento sin dolor. Chikungunya es un virus, y en su fase aguda, típicamente dura de 3 a 10 días, causando un inicio agudo de la infección, que a menudo implica una rápida replicación viral y activación del sistema inmunológico innato.

La artralgia severa (simétrica) es el signo más importante y caracteriza a la mayoría de las articulaciones periféricas del cuerpo (muñecas, manos, rodillas, tobillos o pies). Esta artralgia puede ser lo suficientemente grave como para causar dolor al caminar, agarrar manualmente e incluso realizar tareas simples.

Los ejercicios físicos terapéuticos para el tratamiento de pacientes con chikungunya dependen de la fisiopatología típica del virus, particularmente de la afectación articular y musculoesquelética más allá de la fase aguda. La inflamación sinovial, la rigidez matutina y la reducción del rango de movimiento de las articulaciones ocurren durante las etapas subaguda y crónica, lo que lleva a limitaciones funcionales que afectan la independencia de la persona. La base de la actividad física terapéutica moderna es la comprensión de que el fortalecimiento adecuado del núcleo, la cintura escapular y la musculatura periartricular mejora la estabilidad mecánica, reduce la percepción del dolor y permite el ejercicio de las actividades de la vida diaria

Ejercicios físicos terapéuticos según fase clínica del chikungunya

Fase clínica	Objetivos terapéuticos	Tipo de ejercicios recomendados	Dosificación / Frecuencia	Precauciones clínicas
Fase aguda (0-10 días)	<ul style="list-style-type: none"> - Lograr el control del dolor y la inflamación. - Lograr el mantenimiento mínimo de la movilidad articular. - Prevenir la rigidez severa. 	-----	-----	<ul style="list-style-type: none"> - Evitar dolor. - No fortalecimiento intenso. - Suspender ante fiebre.

Boletín bibliográfico

Rehabilitación en pacientes post Virus Chikungunya

Ejercicios físicos terapéuticos según fase clínica del chikunguña

Fase subaguda (2 semanas - 3 meses)	- Recuperar amplitud articular.	- Movilidad activa completa.	- 3-5 veces/semana.	- Evitar sobrecarga.
	- Disminuir rigidez.	- Estiramientos activos.	- 10-15 repeticiones.	- Aumentar intensidad si no hay dolor.
	- Reintegrar función muscular.	- Isométricos suaves. - Cardio ligero.	- Cardio 10-20 min.	
Fase crónica (más de 3 meses)	- Mejorar fuerza y resistencia. - Reducir secuelas. - Recuperar funcionalidad.	- Fortalecimiento progresivo. - Propiocepción y equilibrio. - Aeróbicos moderados. - Ejercicios acuáticos.	- 3-4 sesiones/semana. - 2-3 series de 10-15 reps. - Aeróbico 20-40 min.	- Evitar cargas excesivas. - Progresión gradual. - Vigilar inflamación.

Fuente. [Ciencia y Deporte](#)

El Método Pilates en la Rehabilitación de Pacientes Post-Chikunguña.

El Método Pilates se presenta como un tratamiento clínico que consiste en un programa de entrenamiento físico y mental que considera el cuerpo y la mente como una unidad, lo que potencialmente genera una mejora global en la calidad de vida de las personas con dolor musculoesquelético. Mejora la coordinación, la resistencia, la fuerza muscular, la flexibilidad y la postura, estabilizando la columna vertebral, con énfasis en los músculos del core. En un estudio realizado se obtuvieron resultados significativos para el grupo Pilates en el rango de movimiento de hombro, rodilla, tobillo y columna lumbar. En el estudio, los pacientes que realizaron el método Pilates durante 12 semanas experimentaron menos dolor, mejor función y calidad de vida, y un mayor rango de movimiento articular. La fiebre chikunguña puede provocar síntomas musculoesqueléticos crónicos, como poliartralgia y artritis, que pueden provocar un deterioro significativo de la función física y causar discapacidad. El tratamiento no farmacológico ha demostrado ser fundamental para estos pacientes. Los tratamientos de fisioterapia que utilizan el método Pilates, ejercicios de resistencia y neuromodulación no invasiva, se perfilan como opciones seguras para la rehabilitación de pacientes con fiebre chikungunya, para mejorar el dolor y la función física.

Fuente. [Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro](#)

Boletín bibliográfico

Rehabilitación en pacientes post Virus Chikungunya

Rol del fisioterapeuta en la funcionalidad de los pacientes con fiebre del chikungunya

El fisioterapeuta tiene la capacidad cognitiva para realizar actividades que incidan en el control de la inflamación, modulación del dolor y generar cambios a nivel funcional; para lograr disminuir las limitaciones y restricciones en la participación, contribuyendo en una mejora de la calidad de vida.

El profesional de fisioterapia debe centrarse en una evaluación de las condiciones de salud: el movimiento corporal humano, emitiendo un diagnóstico en términos de funcionalidad para plantear un plan de intervención y unas metas a cumplir.

Es por ello la importancia entender cómo el virus afecta el movimiento en la funcionalidad, para poder así establecer prioridades de intervención desde la particularidad de la persona afectada.

La estructura de la patokinesis parte de la fisiopatología referida al agente causal, el huésped y el medio ambiente. La patogenia cursa por 3 estadios:

1. Intradérmico: el mosquito a través de la picadura introdu-

ce los viroles al nivel intradérmico que entran en los capilares subcutáneos, ocurriendo una replicación viral a nivel de los fibroblastos, las células endoteliales y los macrófago.

2. Sanguíneo: en los nódulos linfáticos locales ocurre la replicación, luego el virus es drenado a través del conducto torácico a la circulación sanguínea y

3. El virus se disemina por vía sanguínea alcanzando los órganos diana que son hígado (Apoptosis), órganos linfoides (Adenopatías), músculos y articulaciones (Dolor y artritis).

La producción de sustancias inflamatorias puede ocasionar deficiencias severas o definitivas en estructuras articulares y en funciones sensoriales y del dolor, producto de la destrucción de la membrana y cápsula sinovial, con deficiencia moderada en la movilidad articular y función muscular; limitación grave en la funcionalidad dada por el daño del cartílago articular, que dependiendo de la respuesta inmuno-lógica del individuo en algunos casos puede producir deficiencia en los huesos periarticulares, así como restricción en la participación derivada de actividades

de reposo nocturno, ocio y esparcimiento. Las artralgias con marcada sinovitis se manifiestan con un patrón poliarticular simétrico y distal, afectando articulaciones de manos y pies, en menor frecuencia articulaciones de los codos, rodillas, hombros, caderas y articulación temporoman-dibular.

Estas afectaciones comprometen el actuar del Fisioterapeuta para realizar un abordaje integral, identificando las alteraciones del chikungunya en los diferentes sistemas corporales y cómo, estas manifestaciones inciden sobre el movimiento corporal desde el nivel atómico, molecular, celular, histico y orgánico; produciendo limitaciones en la actividad y alterando la interacción del individuo en su entorno.

Los pacientes con artralgias prolongadas, pérdida de la función, limitación en la actividad y restricción en la participación pueden beneficiarse con un programa progresivo de fisioterapia, donde el movimiento y el ejercicio moderado de baja intensidad pueden modular el dolor.

Boletín bibliográfico

Rehabilitación en pacientes post Virus Chikungunya

La enfermedad de Chikungunya, cumple con los criterios de enfermedades reumáticas inflamatorias crónicas con deficiencias mecánicas e inflamatorias, de manera que el tratamiento fisioterapéutico que se proponga debe enfocarse en una adecuada evaluación, en la que debe interrogarse sobre la edad y el tiempo de evolución de la enfermedad, el tratamiento farmacológico, la situación familiar, la actividad laboral, las responsabilidades adicionales y también sobre el estado de ánimo.

En la fase inflamatoria los objetivos deben centrarse en la disminución del dolor y de la inflamación, preservar la función cardiopulmonar, mantener la movilidad articular y la fuerza muscular, promover estados de ánimo saludables y lograr una adecuada postura.

Se propone alternar períodos de reposo con movilizaciones pasivas relajadas de todas las articulaciones y contracciones isométricas globales; se debe dar instrucciones al paciente en torno a ejercicios respiratorios y debe educarse sobre la adecuada postura en todas las actividades, para prevenir la instauración de posibles deformidades.

La aplicación de agentes físicos incide principalmente en la modificación de la inflamación, alivio del dolor, extensibilidad del colágeno y modificación del tono muscular.

En la fase crónica los objetivos de tratamiento deben enfocarse en disminuir el dolor, mejorar la funcionalidad, mejorar la función cardiopulmonar, educar en higiene postural e integrar al paciente en programas de actividad física con fines terapéuticos; se recomiendan sesiones de cortas y controladas en las que se respete el límite del arco doloroso, las resistencias utilizadas serán pequeñas y la presión aplicada será controlada por el riesgo de hematomas.

Adicionalmente debe educarse al paciente con planes caseros orientados a disminuir el gasto de energía articular.

No se puede olvidar el trabajo de la autoestima, una baja autoestima está presente en todos aquellos sujetos que pierden su independencia funcional producto del dolor, es por ello que el alivio del dolor puede permitir que el paciente participe activamente en las actividades de la vida diaria, minimizando las consecuencias dañinas de la inactividad y acelerando el objetivo de mejoramiento de la capacidad funcional.

Esto se puede lograr utilizando agentes físicos que controlan el dolor mediante la modulación, alterando la velocidad de conducción nerviosa o modificando la liberación de neurotransmisores centrales o periféricos.

Fuente. [Revista Facultad Ciencias de la Salud. Universidad del Cauca](#)

Boletín bibliográfico

Rehabilitación en pacientes post Virus Chikungunya

The infographic is titled "VIRUS DEL CHIKUNGUNYA RECOMENDACIONES EN LA FASE DE RECUPERACIÓN:" and features the CIRS logo (a stylized house with a heart) and a mosquito icon. It includes two numbered sections: 1. "El ejercicio leve y la fisioterapia se recomiendan en personas en la fase de recuperación." (Illustration shows a woman jumping rope and a man stretching). 2. "Los ejercicios suaves de los dedos, las manos, los pies, las rodillas y los hombros, pueden ayudar a reducir el dolor y mejorar la movilidad..." (Illustration shows a person being massaged on a table). A social media handle @CIRS.PY is also present.

VIRUS DEL CHIKUNGUNYA

RECOMENDACIONES EN LA FASE DE RECUPERACIÓN:

CIRS

El ejercicio leve y la fisioterapia se recomiendan en personas en la fase de recuperación.

1

2

Los ejercicios suaves de los dedos, las manos, los pies, las rodillas y los hombros, pueden ayudar a reducir el dolor y mejorar la movilidad...

Por la Lic. Bency Morel @fisio.bencymorel

@CIRS.PY

Boletín bibliográfico

Rehabilitación en pacientes post Virus Chikungunya



CIRS

VIRUS DEL CHIKUNGUNYA RECOMENDACIONES EN LA FASE DE RECUPERACIÓN:



3

El frío se puede aplicar con masajes o frío local (hielo, compresas) para disminuir el edema y la inflamación.

@CIRS.PY

Es muy importante mantenerse activo, dentro de las posibilidades: Como caminar dentro de la casa, masajear los hombros, la espalda y las piernas con ayuda de una persona, Evitando el reposo prolongado e innecesario.



Por la Lic. Bency Morel @fisio.bencymorel



Boletín bibliográfico

Rehabilitación en pacientes post Virus Chikungunya

Aabella J, Rojas Á, Rojas C, Rondón F, Medina

Y, Peña M, et al. Caracterización clínica e inmunológica de la artropatía crónica por virus chikungunya y su relación con discapacidad funcional y afectación de la calidad de vida en una cohorte de pacientes colombianos. Revista Colombiana de Reumatología [Internet]. 2019 [citado 12 dic 2025]; 26(4). Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0121812319300805>.

Aixa Marlene MA, Rey Michel GS, Niury de la Caridad GM. Retos en el Manejo del Chikungunya Crónico: Perspectiva Integral de Pacientes y Equipos de Salud [Conferencia]. Ciego de Avila: MEFAVILA 2026 [citado 12 dic 2025]. Disponible en: <https://mefavila.sld.cu/index.php/MEFAVILA2025/2025/paper/view/1171/0>.

Conceição A, Albuquerque BTF, Silva L, Diniz A, Souza Rego IN, Moraes SAS, et al. Physical therapy intervention improves pain, mobility, and strength in a patient with transverse myelitis seropositive to Chikungunya: Case report. Journal of bodywork and movement therapies [Internet]. 2024 Oct [citado 12 dic 2025]; 40. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39593538/>.

Cuéllar Afre MK. Hidroterapia en combinación con cinesiterapia pasiva para disminuir el dolor articular y aumentar la movilidad por secuelas de chikungunya [tesis]. Guatemala: Universidad Rafael Landívar; 2018 [citado 12 dic 2025]. Disponible en: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrcd/2018/09/01/>

[Cuellar-Monica.pdf](#).

De Oliveira BFA, Carvalho PRC, de Souza Holanda AS, Dos Santos R, da Silva FAX, Barros GWP, et al. Pilates method in the treatment of patients with Chikungunya fever: a randomized controlled trial. Clinical rehabilitation [Internet]. 2019 Oct [citado 12 dic 2025]; 33(10). Disponible en:<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31230466/>.

De Souza ALV, de Lima Gomes AJ, Lauar DP, de Sá McJrmdnm. Reabilitação de pacientes pós chikungunya: uma revisão de ensaios clínicos raclinical trials. Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro [Internet]. 2024 [cited ndomizados: a review of randomized 12 dic 2025]; 11(1). Disponible en: <https://remunom.ojsbr.com/multidisciplinar/article/view/3029/3191>.

De Souza CG, da Costa JF, de Sousa Dantas D, de Abreu Freitas RP, Lopes JM, Okano AH. Evaluation of pain, functional capacity and kinesiophobia in women in the chronic stage of chikungunya virus infection: A cross-sectional study in northeastern Brazil. Acta tropica [Internet]. 2019 Nov [citado 12 dic 2025]; 199. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30529444/>.

Doran C, Duits A, Gerstenbluth I, Tami A, Bailey A. "What will the doctor give me, the same painkiller?": a qualitative study exploring health-care seeking and sym-

Boletín bibliográfico

Rehabilitación en pacientes post Virus Chikungunya

ptoms self-management among patients for the treatment of long-term chikungunya disease, in Curaçao. BMC health services research [Internet]. 2023 Nov 13 [citado 12 dic 2025]; 23(1). Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37957621/>.

Dutra JIS, Souza MC, Lins CAA, Medeiros ACQ. Impact of chronic illness caused by chikungunya fever on quality of life and functionality. Einstein (Sao Paulo, Brazil) [Internet]. 2024 [citado 12 dic 2025]; 22. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39356940/>.

Emilio Manuel DM, Luis Manuel MM. Sarcope-nia y Daño Articular durante el Chikungunya, un desafío para la Ortopedia y la Traumatología. Revisión Bibliográfica [Conferencia]. Ciego de Avila: Simposio Internacional de MEFAVILA 2025: Voces frente al CHIKUNGUNYA. Ciencia, pacientes y sociedad 2025 [citado 12 dic 2025]. Disponible en: <https://mefavila.sld.cu/index.php/MEFAVILA2025/2025/paper/view/1103>.

Juan Carlos MR, Belkis AE, Jose Alejandro CP. Modelo de telesalud para la rehabilitación de secuelas articulares pos-chikungunya [Internet]. Ciego de avila: MEFAVILA. Simposio Internacio-nal 2025: Voces frente al chikungunya. Ciencia, pacientes y sociedad; 2025 [citado 12 dic 2025]. Disponible en: <https://mefavila.sld.cu/index.php/MEFAVILA2025/2025/paper/view/1052/0>.

Lisandra RG. Impacto del Chikungunya en la calidad de vida y estrategias de atención, reha-bilitación y apoyo en Cuba [Conferencia]. Ciego de Avila: MEFAVILA. Simposio Internaciona-

2025: Voces frente al CHIKUNGUNYA. Ciencia, pacientes y sociedad; 2025 [cited 12 dic 2025]. Disponible en: <https://mefavila.sld.cu/index.php/MEFAVILA2025/2025/paper/view/1092>.

Marques CDL, Duarte A, Ranzolin A, Dan-tas AT, Cavalcanti NG, Gonçalves RSG, et al. Recommendations of the Brazilian So-ciety of Rheumatology for the diagnosis and treatment of chikungunya fever. Part 2 - Treatment. Revista brasileira de reumato-logía [Internet]. 2017 [citado 12 dic 2025]; 57 Suppl 2. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31230466/>.

Medina-Cintrón N, Martínez I, Pérez-Ríos N, Berrios-López Y, Vilá LM. Clinical Mani-festations and Outcomes in Disease-Modifying Antirheumatic Drug-Naïve Adult Patients with Chronic Chikungunya Arthri-tis. The American journal of tropical medi-cine and hygiene [Internet]. 2021 Mar 8 [citado 12 dic 2025]; 104(5) Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33684065/>.

Medina-Cintrón N, Martínez I, Pérez-Ríos N, Berrios-López Y, Vilá LM. Clinical Mani-festations and Outcomes in Disease-Modifying Antirheumatic Drug-Naïve Adult Patients with Chronic Chikungunya Arthri-tis. The American journal of tropical medi-cine and hygiene [Internet]. 2021 Mar 8 [citado 12 dic 2025]; 104(5). Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33684065/>.

Boletín bibliográfico

Rehabilitación en pacientes post Virus Chikungunya

Neumann IL, de Oliveira DA, de Barros EL, da SSG, de Oliveira LS, Duarte AL, et al. Resistance exercises improve physical function in chronic Chikungunya fever patients: a randomized controlled trial. European journal of physical and rehabilitation medicine [Internet]. 2021 Aug [citado 12 dic 2025]; 57(4). Disponible en:<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33448754/>.

Perez GMB, Gutierrez MC, Ausejo RLC, Velarde DSV. Abordaje fisioterapéutico en pacientes con secuelas o complicaciones de enfermedades arbovirales en diferentes contextos clínicos: una revisión de alcance [Tesis]. Perú: Facultad de Medicina; 2025 [cited 12 dic 2025]. Disponible en: https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/17481/Abordaje_BustamantePerez_Giomara.pdf?sequence=1.

DESCRIPTORES

DeCS.

Virus Chikungunya

Fiebre Chikungunya/rehabil

MeSH.

Chikungunya virus

Chikungunya Fever/rehabil

Límites:

Fecha de publicación: 2015-2025

Idiomas: Español/Ingles/Portugués

Publicaciones académicas (arbitradas)

Texto completo: PDF/Html

BASES DE DATOS Y SITIOS CONSULTADOS



Elaborado por Grupo Gestión de Información en Salud Centro Provincial Información de Ciencias Médicas Camagüey, 2025. <u>'Estamos en la web'</u>
