

Desempeño profesional del especialista en Medicina General Integral para la prescripción de ejercicio físico

Professional performance of the specialist in Comprehensive General Medicine for the prescription of physical exercise

Rolando Rodríguez Puga. Elizabeth de Armas Hing

¹Hospital Pediátrico de Camagüey. Camagüey, Cuba

Correo electrónico: rolandote1986@gmail.com

ORCID <https://orcid.org/0000-0003-3350-374X>

²Facultad de Cultura Física de la Universidad de Camagüey. Camagüey, Cuba.

Correo electrónico: elizabeth.dearmas@reduc.edu.cu

ORCID <https://orcid.org/0000-0003-1006-7025>

Recibido: 21 de febrero de 2026

Aceptado: 10 de marzo de 2026

Resumen

Las carencias formativas presentes desde la carrera de Medicina limitan la prescripción de ejercicio físico por parte del especialista en Medicina General Integral. En este sentido, la priorización del enfoque farmacológico obstaculiza la promoción de la actividad física como herramienta profiláctica y terapéutica. Por tal motivo se realizó la presente investigación con el objetivo de evaluar el desempeño profesional del especialista en Medicina General Integral para la prescripción de ejercicio físico. Para ello se realizó un estudio descriptivo en el Policlínico Área Este de la provincia de Camagüey, Cuba, de septiembre a diciembre de 2025. De un universo de 25 especialistas en Medicina General Integral se seleccionó una muestra intencional de 12, que cumplieron con los criterios de inclusión. Se les aplicó un instrumento evaluativo validado con anterioridad, que contenía las dimensiones cognitiva, procedimental y actitudinal, con sus respectivos indicadores. La evaluación del instrumento permitió obtener una visión completa del

desempeño del especialista en Medicina General Integral para la prescripción de ejercicio físico. Dado que, dos de las tres dimensiones fueron evaluadas de mal y una de bien, el instrumento obtuvo la evaluación de mal. En particular, las debilidades más notables estuvieron en las dimensiones cognitiva y procedimental, mientras la dimensión actitudinal mostró resultados positivos. A pesar de las limitaciones en conocimiento y habilidades prácticas, existe disposición para transformar el medio. Al respecto, la implementación de estrategias de superación es fundamental para lograr la prescripción de ejercicio físico de manera eficaz por parte del médico de familia.

Palabras clave: actitudes; desempeño profesional; ejercicio físico; médico de familia.

Abstract

The training deficiencies present since the Medical career limit the prescription of physical exercise by the specialist in Integral General Medicine. In this regard, the prioritization of the pharmacological approach hinders the promotion of physical activity as a prophylactic and therapeutic tool. For this reason, this research was conducted with the objective of evaluating the professional performance of the specialist in Integral General Medicine for the prescription of physical exercise. To achieve this, a descriptive study was carried out at the East Area Polyclinic in the province of Camagüey, Cuba, from September to December 2025. From a universe of 25 specialists in Integral General Medicine, a purposive sample of 12 was selected, who met the inclusion criteria. A previously validated evaluative instrument was applied, which contained the cognitive, procedural, and attitudinal dimensions, with their respective indicators. The evaluation of the instrument allowed for a complete view of the performance of the specialist in Integral General Medicine for the prescription of physical exercise. Given that two of the three dimensions were assessed as poor and one as good, the instrument received an overall assessment of poor. In particular, the most notable weaknesses were found in the cognitive and procedural dimensions, while the attitudinal dimension showed positive results. Despite the limitations in knowledge and practical skills, there is a willingness to transform the environment. In this regard, the implementation of improvement strategies is essential to achieve effective prescription of physical exercise by the family doctor.

Keywords: attitudes; professional performance; physical exercise; family doctor.

Licencia Creative Commons



Introducción

En el contexto de la Atención Primaria de Salud (APS), el papel del especialista en Medicina General Integral (MGI) es cada vez más trascendental, sobre todo en lo que respecta a la promoción de estilos de vida saludables y a la prevención de enfermedades. En este aspecto se incluye el ejercicio físico, ya que es reconocido como una intervención fundamental para mejorar la salud física y mental de los pacientes, así como para prevenir las enfermedades crónicas no transmisibles (Rojas et al., 2021). Por tal motivo, es necesario que los especialistas en MGI estén bien capacitados para prescribir ejercicio físico de manera efectiva, considerando que esta práctica contribuye de manera positiva al bienestar general y al tratamiento de las enfermedades existentes.

La superación profesional del especialista en MGI es un proceso continuo que implica el desarrollo de competencias en diversas áreas, incluyendo conocimientos teóricos, habilidades prácticas y actitudes positivas hacia el ejercicio físico. De este modo se refieren elementos que deben ser indagados para diseñar e implementar estrategias que contribuyan a la prescripción de esta terapia no farmacológica desde la APS (Avilés et al., 2022; Boris et al., 2025; Díaz, 2024; López et al., 2024).

Desde la experiencia práctica del autor principal de la presente investigación como médico de familia y especialista de Primer y Segundo Grado en Higiene y Epidemiología, existen carencias reveladas por los especialistas en MGI, que se originan desde la carrera de Medicina y la residencia de la especialidad. Los contenidos se encuentran dispersos en las diferentes asignaturas del currículo, lo que resulta en una inadecuada preparación para prescribir ejercicio físico.

Del mismo modo, las ofertas de actividades de posgrado dirigidas a los especialistas en MGI para prescribir ejercicio físico, son insuficientes. Los coordinadores docentes de las áreas de salud no siempre comprenden sus funciones y responsabilidades con la superación profesional del especialista en MGI en temas relevantes como la prescripción de ejercicio físico. Asimismo, los recursos, enfoques y canales utilizados en el proceso de superación profesional no aseguran la asimilación de conocimientos por parte de los especialistas con respecto al tema (Rodríguez et al., 2025; Rodríguez et al., 2026a).

Además, la literatura disponible sobre la prescripción de ejercicio físico y sus particularidades, es limitada y todavía no se encuentra incorporada en los materiales de estudio.

En las bibliografías consultadas existe ausencia de los fundamentos pedagógicos sobre la superación profesional del especialista en MGI en relación con la prescripción de ejercicio físico. También existe falta de comunicación del especialista con el paciente, al igual que limitada promoción y prevención de salud comunitaria sobre el tema (Rodríguez et al., 2026a).

Por consiguiente, la caracterización del estado inicial de la superación profesional del especialista en MGI se presenta como un campo de investigación relevante y necesario. A través del análisis de las dimensiones cognitiva, procedimental y actitudinal, se espera abordar el desempeño actual del especialista en MGI en relación con la prescripción de ejercicio físico, así como proponer estrategias de mejora que fortalezcan su rol en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades. Con ello, se busca no solo optimizar la atención brindada a los pacientes, sino también contribuir al bienestar de la comunidad en general, mediante un enfoque proactivo y educativo sobre la importancia del ejercicio físico en la vida cotidiana.

Por tal motivo se realiza la presente investigación con el objetivo de evaluar el desempeño profesional del especialista en Medicina General Integral para la prescripción de ejercicio físico.

Métodos

Se realizó un estudio descriptivo en el Policlínico Área Este del municipio de Camagüey, Cuba, en los meses de septiembre a diciembre de 2025. De un universo de 25 especialistas en Medicina General Integral (MGI) se trabajó con una población de 12 especialistas que se encontraban en actividad asistencial.

Todos cumplieron con los siguientes criterios de elegibilidad:

Criterios de inclusión

- Especialistas en MGI que se desempeñaran como médicos de familia, con dos o más años de experiencia profesional.

Criterios de exclusión

- Especialistas a los que se le pudo aplicar de manera correcta el instrumento evaluativo.

Las variables objeto de estudio estuvieron en relación con las dimensiones, sus indicadores y las categorías que conforman el instrumento evaluativo (Anexo 1). Para una mejor comprensión, se resume la estructura del mismo y la descripción de la evaluación.

Desempeño profesional del especialista en Medicina General Integral para la prescripción de ejercicio físico

Tabla 1. Estructura del instrumento y descripción de su evaluación

Dimensión	Indicador	Evaluación	Descripción de la evaluación
Cognitiva	1. Conocimiento teórico del especialista MGI para la prescripción segura y eficaz del ejercicio físico	Bien	Bien: Si los cuatro indicadores son evaluados de bien, puede haber uno de regular, pero ninguno de mal. Regular: Si dos o más indicadores son evaluados de regular, puede tener uno de mal. Mal: Si tres o los cuatro indicadores son evaluados de mal.
		Regular	
		Mal	
	2. conocimiento sobre las diferentes formas de clasificar el ejercicio físico	Bien	
		Regular	
		Mal	
	3. conocimiento específico para modificar los componentes del ejercicio físico	Bien	
		Regular	
		Mal	
	4. conocimiento sobre los métodos adecuados para realizar una evaluación funcional inicial y el uso de herramientas para el riesgo cardiovascular	Bien	
		Regular	
		Mal	
Procedimental	1. habilidades del especialista MGI para traducir el conocimiento fisiológico y las necesidades del paciente	Bien	
		Regular	
		Mal	
	2. habilidades para modificar la prescripción inicial de ejercicio físico	Bien	
		Regular	
		Mal	
	3. las habilidades para comunicar de manera efectiva la prescripción de ejercicio físico	Bien	
		Regular	
		Mal	
Actitudinal	1. convicción interna del especialista en MGI sobre la importancia del ejercicio físico en el abordaje y la prevención de las enfermedades crónicas	Bien	
		Regular	
		Mal	
	2. actitud hacia el autoaprendizaje y la actualización constante en un campo	Bien	
		Regular	
		Mal	
		Regular	
		Mal	

Nota: Es válido aclarar que la evaluación de cada indicador se puede consultar en el Anexo 1, al final del presente manuscrito.

Para la validación teórica del instrumento evaluativo (Anexo 1) se utilizó la consulta a expertos. Con este fin, se entrevistaron 11 especialistas de segundo grado en MGI, de los cuales uno es Doctor en Ciencias de la Educación, dos Doctores en Ciencias de la Cultura Física y un especialista de segundo grado en Ortopedia y Traumatología. Los resultados confirmaron la pertinencia y el rigor metodológico de la herramienta para determinar el desempeño del especialista en MGI con respecto a la prescripción de ejercicio físico.

Una vez recogida la información aportada por los especialistas mediante el instrumento referido, se introdujo en una hoja de cálculo de Microsoft Excel para el procesamiento de datos. Los resultados se informaron en números y porcentajes, así como se presentaron en forma de texto y figuras para una mejor comprensión.

La investigación fue presentada y aprobada ante el Consejo Científico del Policlínico Área Este. Se trabajó mediante la codificación de las variables y la información obtenida solo fue accesible a los investigadores, quienes la utilizaron con fines científicos. Además, se consideraron los principios bioéticos de la Declaración de Helsinki (Rodríguez, 2025).

Resultados

La **dimensión cognitiva (Gráfico 1)** estuvo orientada a constatar el conocimiento teórico necesario que presenta el especialista en MGI para la prescripción segura y eficaz del ejercicio físico. En tanto, el **indicador 1** se proyectó para evaluar el conocimiento que posee este profesional sobre los mecanismos fisiológicos del ejercicio físico, que explican las adaptaciones en el cuerpo, tanto en personas sanas como en aquellas que padecen una enfermedad crónica.

Los resultados indican que de los 12 especialistas en MGI objeto del estudio, dos, que representan el 16,7 % obtuvieron una evaluación de bien, puesto que, conocían los mecanismos fisiológicos del ejercicio físico. El 33,3 %, lo que equivale a cuatro especialistas, alcanzaron una evaluación de regular porque solo conocían algunos mecanismos fisiológicos, mientras los seis restantes, es decir, el 50 %, recibieron calificación de mal, a consecuencia de que, no conocían los mecanismos fisiológicos del ejercicio físico.

En el **indicador 2** se exploró lo referente al conocimiento que tiene el especialista en MGI sobre las diferentes formas de clasificar el ejercicio físico, al igual que las contraindicaciones absolutas y relativas. De esta forma se pudo comprobar que, un

Desempeño profesional del especialista en Medicina General Integral para la prescripción de ejercicio físico

especialista, lo cual representa el 8,3 %, conoce la clasificación y las contraindicaciones del ejercicio físico. De igual modo, el 8,3 %, fue evaluado de regular, porque solo conoce algunos aspectos de la clasificación y de las contraindicaciones del ejercicio físico. Entretanto, 10, que representan el 83,4 % restante, resultaron evaluados de mal, porque no conocían la clasificación y las contraindicaciones del ejercicio físico.

El **indicador 3** permitió comprobar el conocimiento específico que presenta el especialista en MGI para modificar los componentes del ejercicio físico en pacientes con enfermedades crónicas prevalentes en la Atención Primaria de Salud (APS). Al respecto, ningún especialista fue evaluado de bien o regular, lo que significa que, el 100 % no conocen las adaptaciones por enfermedades del ejercicio físico.

El **indicador 4** evaluó el conocimiento que tiene el especialista en MGI sobre los métodos adecuados para realizar una evaluación funcional inicial y el uso de herramientas para estratificar el riesgo cardiovascular antes de iniciar un programa de ejercicios físicos. Del total de 12 especialistas en MGI, no existen evaluados de bien o regular, ya que el 100 % no conoce sobre la evaluación inicial y la identificación del riesgo durante la prescripción de ejercicio físico.

En su conjunto la dimensión es evaluada de mal, pues los cuatro indicadores que la integran fueron calificados de igual modo, demostrando desconocimiento total de los especialistas en MGI para la prescripción segura y eficaz del ejercicio físico. Por tal motivo, se necesita el diseño e implementación de una estrategia de superación mediante una intervención especializada.

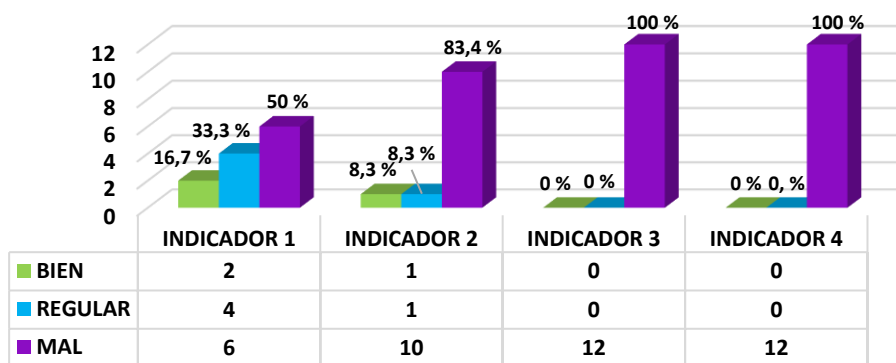


Gráfico 1. Dimensión cognitiva. Fuente: Instrumento evaluativo

La **dimensión procedimental (Gráfico 2)**, fue concebida a fin de comprobar la aplicación práctica de las habilidades del especialista en MGI, traducido en la planificación y aplicación de la estrategia general para la prescripción de ejercicio físico. El **indicador 1** alcanzó a evaluar las habilidades del especialista en MGI para traducir el conocimiento fisiológico y las necesidades del paciente en una indicación práctica y estructurada del ejercicio físico. Además, implica la capacidad de especificar de manera correcta la frecuencia, la intensidad, el tiempo y el tipo de ejercicio físico.

Se comprobó que, de los 12 especialistas en MGI, ninguno fue evaluado de bien, mientras uno, o sea, el 8,3 %, se ubicó en la categoría de regular, al demostrar ciertas habilidades para prescribir un programa de ejercicios físicos. En tanto, los 11 especialistas restantes, es decir, el 91,7 % fueron evaluados de mal considerando que no demostraron habilidades para prescribir un programa de ejercicios físicos.

En el **indicador 2** se reconocen las habilidades del especialista en MGI para modificar la prescripción inicial de ejercicio físico cuando el paciente presenta condiciones específicas o limitaciones. Además, evalúa la capacidad para realizar ajustes prácticos, basándose en las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS). En tal sentido, se comprobó el mismo comportamiento que en la dimensión anterior, puesto que, un especialista, lo que significa el 8,3 %, fue evaluado de regular porque demostró ciertas habilidades para adaptar el programa de ejercicios físicos ante las comorbilidades o limitaciones del paciente, mientras 11, lo mismo que, el 91,7 % resultaron evaluados de mal porque no demostraron habilidades para adaptar el programa de ejercicios físicos ante las comorbilidades o limitaciones del paciente.

El resultado de la constatación de las habilidades del especialista en MGI para comunicar de manera efectiva la prescripción de ejercicio físico al paciente, logrando su adherencia y seguridad, se representan en el **indicador 3**. En este aspecto, se obtuvieron análisis similares al de los indicadores anteriores, en vista de que, un especialista, equivalente al 8,3 %, fue evaluado de regular al demostrar ciertas habilidades para ofrecer educación y monitoreo al paciente sobre el programa de ejercicios físicos, a la vez que, 11, correspondiente al 91,7 %, resultaron evaluados de mal porque no demostraron habilidades para ofrecer educación y monitoreo al paciente sobre el programa de ejercicios físicos.

Desempeño profesional del especialista en Medicina General Integral para la prescripción de ejercicio físico

La dimensión fue evaluada de mal, pues los tres indicadores que la conforman se consideraron de la misma manera, al comprobar que los especialistas en MGI poseen falencias en la aplicación práctica de las habilidades para la planificación y aplicación de la estrategia general para la prescripción de ejercicio físico.

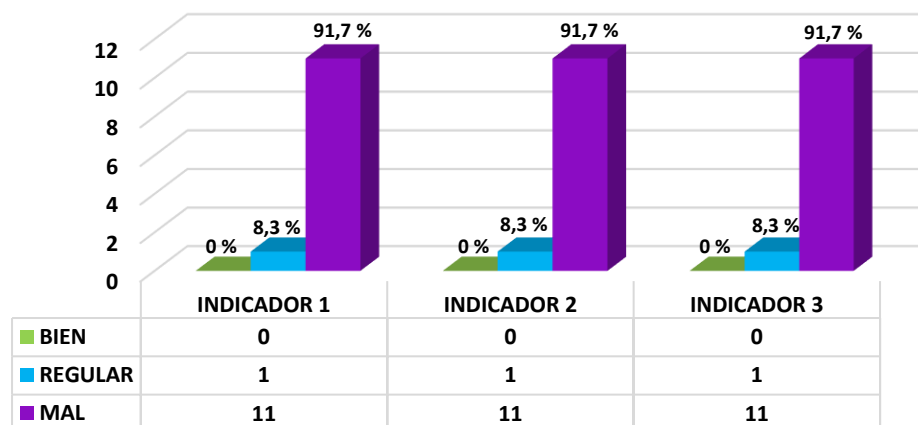


Gráfico 2. Dimensión procedimental. Fuente: Instrumento evaluativo.

En el (**Gráfico 3**), se hace ver la **dimensión actitudinal**, diseñada para comprobar el interés mostrado y la disposición de los especialistas en MGI para aprovechar los procesos de transformación de la práctica médica y la gestión para la prescripción de ejercicio físico. En el **indicador 1** se evaluó la convicción interna del especialista en MGI sobre la importancia del ejercicio físico en el abordaje y la prevención de las enfermedades crónicas, así como en la promoción de salud. Al efecto, se logró constatar que la totalidad de los especialistas en MGI muestran constante interés y entusiasmo por la prescripción de ejercicio físico como herramienta terapéutica fundamental.

La actitud del especialista en MGI hacia el autoaprendizaje y la actualización constante en un campo en evolución como es la prescripción de ejercicio físico se trata en **el indicador 2**, obteniendo que, de los 12 especialistas en MGI, el 100 % fueron evaluados de bien, ya que, manifestaron un notable compromiso con la superación profesional y la evidencia científica en la prescripción de ejercicio físico.

Esta dimensión es evaluada de bien porque los dos indicadores que la integran fueron evaluados de igual modo al comprobar el interés mostrado y la disposición de los

en MGI para aprovechar los procesos de transformación de la práctica médica y la gestión para la prescripción de ejercicio físico.

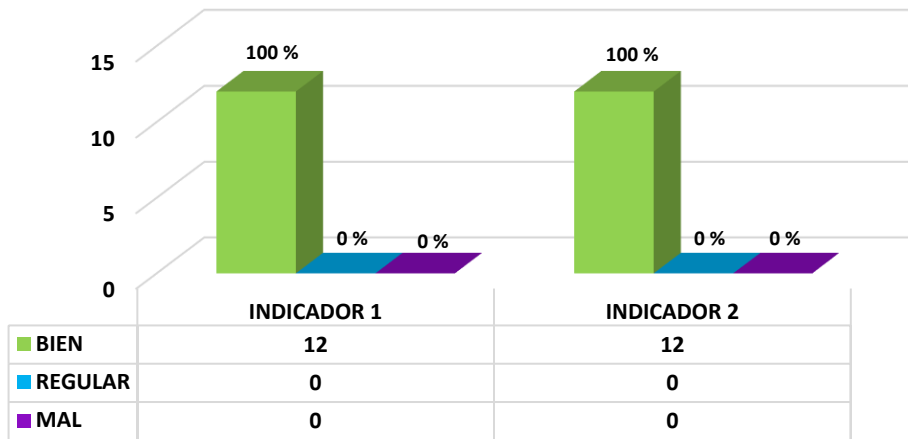


Gráfico 3. Dimensión actitudinal. Fuente: Instrumento evaluativo.

Por su parte, la evaluación general del instrumento permitió obtener una visión completa del nivel de desempeño del especialista en MGI para la prescripción de ejercicio físico. Dado que, dos de las tres dimensiones fueron evaluadas de mal y una de bien, el instrumento en su conjunto, obtuvo la evaluación de mal.

Discusión

La evaluación del desempeño profesional del especialista en Medicina General Integral (MGI) en relación con la prescripción de ejercicio físico presenta una variedad de implicaciones que son fundamentales para integrar un enfoque más eficaz hacia la salud y el bienestar de los pacientes. En este sentido, los resultados de la investigación muestran que la dimensión cognitiva fue calificada de mala, evidenciando un desconocimiento significativo entre los especialistas para realizar prescripciones adecuadas y seguras de ejercicio físico. Este hallazgo se manifiesta en la insuficiencia de conocimientos teóricos que respaldan la importancia del ejercicio físico en la promoción de la salud, así como su relevancia en la prevención y manejo de enfermedades crónicas. Al comparar los resultados obtenidos en la presente investigación con estudios previos, se encuentran similitudes con indagaciones que han abordado la superación de médicos

Desempeño profesional del especialista en Medicina General Integral para la prescripción de ejercicio físico

en áreas relacionadas con la actividad física. Por ejemplo, según Tavera (2023) y Rodríguez y Chaustre (2022) muchos médicos carecen de la capacitación necesaria para prescribir ejercicio de manera efectiva, lo que se traduce en un bajo nivel de confianza al aconsejar a sus pacientes sobre la actividad física. Esta falta de conocimiento puede ser atribuida a un currículo médico que no prioriza de manera adecuada la actividad física como parte integral del tratamiento médico.

En cuanto a la dimensión procedimental, también evaluada negativamente, los resultados indican que los especialistas en MGI no solo poseen limitaciones en el conocimiento teórico, sino que también enfrentan deficiencias en la aplicación práctica de estrategias orientadas hacia la planificación y ejecución de programas de ejercicio físico. Al respecto los estudios realizados por García et al. (2021), Rodríguez et al. (2026b) y Rubio et al., (2022) argumentan que la falta de habilidades prácticas entre los médicos limita su capacidad para implementar recomendaciones efectivas de ejercicio, resultando en un desaprovechamiento de la oportunidad de mejorar la salud de sus pacientes a través de la actividad física.

Sin embargo, es alentador observar que la dimensión actitudinal fue calificada de manera positiva. La disposición y el interés mostrados por los especialistas en MGI para transformar sus prácticas médicas y gestionar de manera adecuada la prescripción de ejercicio físico son aspectos importantes a considerar. Este hallazgo sugiere que, a pesar de las falencias en el conocimiento y la aplicación práctica, existe una voluntad inherente de adaptarse y aprender, lo que podría facilitar la implementación de una estrategia de superación que aborde las deficiencias identificadas.

El resultado general de esta investigación indica que, al evaluar las tres dimensiones de desempeño, el especialista en MGI obtuvo una evaluación negativa, lo que resalta la necesidad urgente de diseñar e implementar una estrategia de superación profesional. Esta intervención debe centrarse en brindar formación especializada que fortalezca tanto el conocimiento teórico como las habilidades prácticas necesarias para una adecuada prescripción de ejercicio físico. En línea con esto, autores como Pérez y Arteaga (2023) y Sánchez et al. (2020) enfatizan que la educación médica continua y la formación específica son fundamentales para mejorar la competencia y la confianza de los médicos en la promoción de actividades físicas.

Aunque los resultados son reveladores, también presentan limitaciones. La investigación se basa en una muestra relativamente pequeña y puede no reflejar la experiencia de todos los especialistas en MGI. Además, la evaluación se centró en un contexto específico, lo cual puede hacer que los hallazgos no sean generalizables a todas las áreas geográficas o clínicas. Futuras investigaciones podrían abordar estos aspectos mediante la ampliación del tamaño de la muestra y la inclusión de diversos perfiles de médicos para obtener un panorama más completo.

Conclusiones

La dimensión cognitiva fue evaluada de mal. Los resultados evidencian un desconocimiento profundo por parte de los especialistas en Medicina General Integral (MGI) en lo que respecta a la prescripción segura y eficaz del ejercicio físico. En consecuencia, es imperativo diseñar e implementar una estrategia de superación que incluya una intervención especializada.

La dimensión procedimental, también obtuvo una calificación deficiente. Los tres indicadores asociados a esta dimensión mostraron que los especialistas en MGI presentan deficiencias en la aplicación práctica de las habilidades necesarias para planificar y ejecutar una estrategia general para la prescripción de ejercicio físico.

Desde lo actitudinal los resultados fueron más favorables. Los resultados reflejan el interés y la disposición de los especialistas en MGI para aprovechar los procesos de transformación en la práctica médica y gestionar adecuadamente la prescripción de ejercicio físico.

La evaluación general del instrumento utilizado permitió obtener una visión integral del nivel de desempeño de los especialistas en MGI en relación con la prescripción de ejercicio físico. Dado que dos de las tres dimensiones fueron calificadas de mal y solo una de bien, el resultado global del instrumento se considera de mal.

A pesar de las limitaciones en conocimiento y habilidades prácticas observadas, los especialistas muestran una disposición favorable hacia la transformación del contexto en el que operan. Por lo tanto, la implementación de estrategias de superación es fundamental para lograr que los especialistas en MGI realicen la prescripción de ejercicio físico de manera efectiva, lo que a su vez contribuirá a mejorar la calidad de vida de sus pacientes.

Referencias bibliográficas

- Avilés Martínez, M. A., López Román, F. J., Galiana Gómez de Cádiz, M. J., Arnau Sánchez, J., Martínez Ros, M. T. y Fernández López, M. L. (2022). Beneficios de un programa de ejercicio físico comunitario prescrito desde Atención Primaria en la salud de mujeres perimenopáusicas/menopáusicas. *Atención Primaria*, 54(1), 321-336. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656721001530>
- Boris Miclín, C. D., Guedes Ojeda, L., y Vázquez Núñez, M. L. (2025). La Medicina Familiar en Cuba: realidades y desafíos actuales. *MedEst. Revista Científica Estudiantil de Matanzas*, 5(1), e273. <https://revmedest.sld.cu/index.php/medest/article/view/273>
- Díaz Novás, J. (2024). Aniversario 50 de la medicina en la comunidad. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 40(1), e3396. <https://revmgi.sld.cu/index.php/mgi/article/view/3396/762>
- García Raga, M., Rodríguez Suárez, C. M., Izaguirre Remón, R. C., y Mirabal Nápoles, M. (2021). Aproximación histórica tendencial a la superación bioética del médico general integral para la práctica pediátrica. *Humanidades Médicas*, 21(3), 917-931. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202021000300917&lng=es&tlng=es.
- López Varela, Y., Alfonso Pérez, O. A., y Hidalgo Ávila, M. (2024). La superación profesional del especialista de medicina general integral para el pase de visita docente domiciliario. *Mediciego*, 30(1), e3764. <https://revmediciego.sld.cu/index.php/mediciego/article/view/3764>
- Pérez Veitía, J. L. y Arteaga González, S. R. (2023). Contribución de la Educación Física para desarrollar la Educación para la Paz en estudiantes de Medicina. *Ciencia Y Actividad Física*, 2(2), 134-145. <https://revistaciaf.uclv.edu.cu/index.php/revista/article/view/28>
- Rodríguez Puga, R. (2025). Actualización de la Declaración de Helsinki, avances en ética y protección de la investigación médica. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 26(1), e917. <https://revsaludtrabajo.sld.cu/index.php/revsytrabajo/article/view/917>
- Rodríguez Puga, R., de Armas Hing, E., y Mesa Sánchez, L. (2026a). La prescripción de ejercicio físico eficaz: una necesidad de superación profesional en Medicina General Integral. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicada*, 9(2), 39-46. <https://doi.org/10.62452/kbody634>

- Rodríguez Puga, R., de Armas Hing, E., y Mesa Sánchez, L. (2026b). Importancia del ejercicio físico prescrito por médicos de familia en pacientes con Chikungunya. *Ciencia Y Educación*, 7(2), 16-26. <https://doi.org/10.5281/zenodo.18501486>
- Rodríguez Puga, R., Pérez Díaz, Y., Zayas Bazán Carballo, Y., Pérez Cardero, B. K., Font Rodríguez, I., y Estrada Mirabal, Y. (2025). Desempeño médico durante la prescripción de ejercicio físico en pacientes adultos con secuelas osteomioarticulares pos-COVID-19. *Revista De Ciencias Médicas Y De La Vida*, 3(1-3), 052. <https://editorial.udv.edu.gt/index.php/RCMV/article/view/608>
- Rodríguez Villaquirán, N. A., y Chaustre Ruiz, D. M. (2022). Prescripción del ejercicio por médico de atención primaria en paciente adulto sano. *Revista Med*, 30(1), 67-78. www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_isoref&pid=S0121-52562022000100067&lng=en&tlng=es
- Rojas Matsuda, L. D., Rodríguez Palacios, I., Rodríguez Palacios, K., Espinosa Requeséns, I. y Hernández Hernández, Y. (2021). Diseño de ejercicios físicos adaptados para mejorar la actividad física de estudiantes de enfermería en Cienfuegos. *Revista Finlay*, 11(2), 160-166. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342021000200160&lng=es&tlng=es
- Rubio Olivares, D. Y., Bermúdez Almaguer, A., y Borges Oquendo, L. de la C. (2022). Impacto de un programa de ejercicios físicos comunitarios en la calidad de vida del adulto mayor. *GeroInfo-Revista De Gerontología Y Geriatria*, 17(1), e293. <https://revgeroinfo.sld.cu/index.php/gerf/article/view/293>
- Sánchez López, A., Pérez Pérez, A. E. y Bernis Lastre, A. (2020). La prevención de las enfermedades no transmisibles favorecida por el ejercicio físico terapéutico. *Revista Cubana de Medicina del Deporte y la Cultura Física*, 15(2), e191. <https://revmedep.sld.cu/index.php/medep/article/view/191>
- Tavera Vilchis, M. A. (2023). Reflexiones de la prescripción de ejercicio físico en la consulta del médico familiar. *Revista Mexicana de Medicina Familiar*, 10(1), 30-38. <https://doi.org/10.24875/rmf.22000069>

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existen conflictos de intereses entre ellos, ni con la investigación presentada.

Desempeño profesional del especialista en Medicina General Integral para la prescripción de ejercicio físico

Contribuciones de los autores

Rolando Rodríguez Puga: Conceptualización, investigación, metodología, administración, redacción-borrador original y redacción-revisión y edición.

Elizabeth de Armas Hing: Conceptualización, curación de datos, supervisión, validación y redacción-borrador original.

Autores

Rolando Rodríguez Puga. Doctor en Ciencias de la Educación. Profesor e Investigador Titular. Doctor en Medicina. Especialista de Primer y Segundo Grado en Higiene y Epidemiología. Máster en Atención Integral al Paciente Oncológico. Hospital Pediátrico de Camagüey. Camagüey, Cuba.

Elizabeth de Armas Hing. Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Licenciado en Cultura Física. Profesor Titular. Facultad de Cultura Física de la Universidad de Camagüey. Camagüey, Cuba.

Anexo (Instrumento evaluativo)

El presente instrumento evaluativo consta de tres dimensiones: cognitiva, procedimental y actitudinal, y tiene como objetivo caracterizar el estado inicial de la superación profesional del especialista en Medicina General Integral (MGI) para la prescripción de ejercicio físico. Cada una de estas dimensiones cuenta con varios indicadores, que se distribuyen en una escala de bien, regular y mal, lo que permite una evaluación integral del desempeño de este profesional.

I. Dimensión cognitiva

Esta dimensión constata el conocimiento teórico necesario para la prescripción segura y eficaz del ejercicio físico por parte del especialista en MGI. La dimensión se evalúa de:

Bien: Si los cuatros indicadores son evaluados de bien, puede haber uno de regular, pero ninguno de mal.

Regular: Si dos o más indicadores son evaluados de regular, puede tener uno de mal.

Mal: Si tres o los cuatro indicadores son evaluados de mal.

Indicador 1: Conocimiento de los mecanismos fisiológicos del ejercicio físico

Este indicador se proyectó para evaluar el conocimiento que posee el especialista en MGI sobre los mecanismos fisiológicos del ejercicio físico, que explican las adaptaciones en el cuerpo, tanto en personas sanas como en aquellas que padecen una enfermedad crónica.

Para la evaluación de este indicador se utilizó la siguiente escala:

Bien: Cuando conoce los mecanismos fisiológicos del ejercicio físico.

Regular: Cuando solo conoce algunos mecanismos fisiológicos del ejercicio físico.

Mal: Cuando no conoce los mecanismos fisiológicos del ejercicio físico

Indicador 2: Conocimiento de la clasificación y las contraindicaciones del ejercicio físico

Este indicador tuvo en cuenta el conocimiento que tiene el especialista en MGI sobre las diferentes formas de clasificar el ejercicio físico, al igual que las contraindicaciones absolutas y relativas.

Para la evaluación de este indicador se tuvo en cuenta la siguiente escala:

Bien: Cuando conoce la clasificación y las contraindicaciones del ejercicio físico.

Regular: Cuando solo conoce algunos aspectos de la clasificación y de las contraindicaciones del ejercicio físico.

Mal: Cuando no conoce la clasificación y ni las contraindicaciones del ejercicio físico.

Desempeño profesional del especialista en Medicina General Integral para la prescripción de ejercicio físico

Indicador 3: Conocimiento de las adaptaciones por enfermedades del ejercicio físico

Este indicador se contempló para comprobar el conocimiento específico que presenta el especialista MGI para modificar los componentes del ejercicio físico en pacientes con enfermedades crónicas prevalentes en la Atención Primaria de Salud (APS).

Para la evaluación de este indicador se tomó la siguiente escala:

Bien: Cuando conoce las adaptaciones por enfermedades del ejercicio físico.

Regular: Cuando solo conoce algunas adaptaciones por enfermedades del ejercicio físico.

Mal: Cuando no conoce las adaptaciones por enfermedades del ejercicio físico.

Indicador 4: Conocimiento de la evaluación inicial y la identificación del riesgo durante la prescripción de ejercicio físico

Este indicador se concibió para comprobar si el especialista en MGI tiene conocimiento sobre los métodos adecuados para realizar una evaluación funcional inicial y usa herramientas para estratificar el riesgo cardiovascular antes de iniciar el programa de ejercicio.

Para la evaluación de este indicador se consideró la siguiente escala:

Bien: Cuando conoce sobre la evaluación inicial y la identificación del riesgo durante la prescripción de ejercicio físico.

Regular: Cuando solo conoce algunos aspectos sobre la evaluación inicial y la identificación del riesgo durante la prescripción de ejercicio físico.

Mal: Cuando no conoce algo sobre la evaluación inicial y la identificación del riesgo durante la prescripción de ejercicio físico.

II. Dimensión procedimental

Esta dimensión fue ideada para comprobar la aplicación práctica de las habilidades del especialista en MGI, traducido en la planificación y aplicación de la estrategia general para la prescripción de ejercicio físico. La dimensión se evalúa de:

Bien: Si los tres indicadores son evaluados de bien, puede haber uno de regular.

Regular: Si dos indicadores son evaluados de regular, puede haber uno de bien o de mal.

Mal: Si los tres indicadores son evaluados de mal.

Indicador 1: Habilidades para prescribir un programa de ejercicio físico

Contempla las habilidades del especialista en MGI para traducir el conocimiento fisiológico y las necesidades del paciente en una indicación práctica y estructurada. Implica la capacidad de especificar correctamente la frecuencia, la intensidad, el tiempo y el tipo de ejercicio físico.

Para la evaluación de este indicador se consideró la siguiente escala:

Bien: Demuestra habilidades para prescribir un programa de ejercicio físico.

Regular: Demuestra ciertas habilidades para para prescribir un programa de ejercicio físico.

Mal: No demuestra habilidades para prescribir un programa de ejercicio físico.

Indicador 2: Habilidades para adaptar el programa de ejercicio ante comorbilidades o limitaciones del paciente

Reconoce las habilidades del especialista en MGI para modificar la prescripción inicial de ejercicio físico cuando el paciente presenta condiciones específicas o limitaciones. Además, evalúa la capacidad para realizar ajustes prácticos, basándose en las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Para la evaluación de este indicador se utilizó la siguiente escala:

Bien: Demuestra habilidades para adaptar el programa de ejercicio ante comorbilidades o limitaciones del paciente.

Regular: Demuestra ciertas habilidades para adaptar el programa de ejercicio ante comorbilidades o limitaciones del paciente.

Mal: No demuestra habilidades para adaptar el programa de ejercicio ante comorbilidades o limitaciones del paciente.

Indicador 3: Habilidades para ofrecer educación y monitoreo al paciente sobre el programa de ejercicio físico

Tuvo presente las habilidades del especialista en MGI para comunicar de manera efectiva la prescripción de ejercicio físico al paciente, logrando su adherencia y seguridad.

Para la evaluación de este indicador se utilizó la siguiente escala:

Bien: Demuestra habilidades para ofrecer educación y monitoreo al paciente sobre el programa de ejercicio físico.

Regular: Demuestra ciertas habilidades para ofrecer educación y monitoreo al paciente sobre el programa de ejercicio físico.

Mal: No demuestra habilidades para ofrecer educación y monitoreo al paciente sobre el programa de ejercicio físico.

Desempeño profesional del especialista en Medicina General Integral para la prescripción de ejercicio físico

III. Dimensión actitudinal

Esta dimensión fue diseñada para comprobar el interés mostrado y la disposición de los especialistas en MGI para aprovechar los procesos de transformación de la práctica médica y la gestión para la prescripción de ejercicio físico. La dimensión se evalúa de:

Bien: Si los dos indicadores son evaluados de bien.

Regular: Si los dos indicadores son evaluados de regular, o uno evaluado de bien y uno de regular.

Mal: Si los dos indicadores son evaluados de mal.

Indicador 1: Interés que muestra el especialista en MGI por la prescripción de ejercicio físico como herramienta terapéutica fundamental

Este indicador evalúa la convicción interna del especialista en MGI sobre la importancia del ejercicio físico en el abordaje y la prevención de las enfermedades crónicas y su promoción de salud.

Bien: Muestra constante interés y entusiasmo por la prescripción de ejercicio físico como herramienta terapéutica fundamental.

Regular: Muestra cierto interés y entusiasmo por la prescripción de ejercicio físico como herramienta terapéutica fundamental.

Mal: No muestra interés ni entusiasmo por la prescripción de ejercicio físico como herramienta terapéutica fundamental.

Indicador 2: Compromiso del especialista en MGI para la superación profesional y la evidencia científica en la prescripción de ejercicio físico

Este indicador mide la actitud del especialista en MGI hacia el autoaprendizaje y la actualización constante en un campo en evolución como es la prescripción de ejercicio físico.

Bien: Manifiesta un notable compromiso con la superación profesional y la evidencia científica en la prescripción de ejercicio físico.

Regular: Muestra poco compromiso con la superación profesional y la evidencia científica en la prescripción de ejercicio físico.

Mal: No manifiesta compromiso con la superación profesional y la evidencia científica en la prescripción de ejercicio físico.

La evaluación del instrumento permite obtener una visión completa del nivel de desempeño del especialista en MGI. Con este fin se utilizó la siguiente escala:

Bien: Si las tres dimensiones son evaluadas de bien, puede haber una de regular.

Regular: Si dos dimensiones son evaluadas de regular, puede haber una de bien o de mal.

Mal: Si las tres dimensiones son evaluadas de mal.

