

Fisioterapia a domicilio, la mejor opción para las personas con movilidad reducida

Los tratamientos de fisioterapia en las personas que sufren una demencia tienen una triple función:

- Tratan los síntomas que aparecen en las diferentes fases de la enfermedad.
- Realizan una labor de rehabilitación neuromotriz, a través de compensaciones o reeducaciones neurológicas y motoras de las funciones conservadas (pero que se encuentran muy debilitadas o en desuso) mejorando o compensando las funciones pérdidas.
- Tienen una labor de prevenir y/o retardar (dependiendo de los casos) la aparición de los problemas motores, de desplazamiento, de equilibrio, molestias , dolencias, afecciones y complicaciones asociadas o derivadas de la demencia y a la vejez, que las personas afectadas de esta enfermedad pueden llegar a sufrir en etapas futuras.

Una evidencia de la que se dispone a día de hoy, a través de diversos estudios, pero sobre todo de la experiencia clínica, es que la fisioterapia genera beneficios y ralentiza la evolución de los síntomas y la limitación funcional de las demencias, en sus diferentes fases, en muchos casos, siendo estos beneficios más apreciables en fases iniciales. Esto se traduce en la mejora de la calidad de vida de las personas con demencia y sus familiares y/o cuidadores, y por ello los centros especializados consideran indispensable aplicar y promover este tipo de tratamientos altamente beneficiosos.

La persona encargada de llevar cabo estos tratamientos, el fisioterapeuta, es un profesional de salud titulado experto en técnicas de diagnóstico, prevención y tratamiento de los trastornos del movimiento y otras patologías derivadas. Además de poseer y aplicar conocimientos relacionados con la exploración y valoración del estado de salud general –su estado físico, cognitivo, emocional y social- también posee una

comprensión clara de las consecuencias psicológicas sociales y ambientales del proceso de la enfermedad y colabora con otros miembros de un equipo multidisciplinar en una labor consultiva y educacional para el asesoramiento de las personas con demencia que reciben atención fisioterapéutica y de sus familiares y/o cuidadores para desarrollar mejor los cuidados a la persona enferma.



La Fisioterapia en todos sus ámbitos genera beneficios pero debemos saber adecuar los tratamientos y el modo de aplicación a cada una de las fases de evolución de la enfermedad y a las necesidades particulares de cada persona que recibe el tratamiento y sus cuidadores, destacando que en el caso de personas que tienen la movilidad bastante reducida la fisioterapia a domicilio suele ser la mejor elección.

El programa de fisioterapia a domicilio presta una serie de atenciones fisioterápicas a las personas en su domicilio habitual, con el fin de proporcionar condiciones de vida saludable de carácter terapéutico, preventivo y de rehabilitación, mejorando la calidad de vida tanto a nivel individual de la persona con demencia como a nivel familiar y social.

Los beneficios más destacables de la fisioterapia a domicilio son:

1. Comodidad: La comodidad es la principal ventaja de este servicio, ya que permite tener el tratamiento de fisioterapia sin la necesidad de moverte de casa.

2. Independencia: Al no tener que trasladarse hasta la clínica, no existe la necesidad de pedir ayuda para el transporte ni un mayor coste económico.

3. Flexibilidad: El servicio a domicilio se adapta al paciente con respecto a temas como el horario o el lugar. Además, permite que la persona recupere sus capacidades físicas y funcionales en un entorno cotidiano.

4. Movilidad: Este tipo de fisioterapia además de realizarse en el domicilio, en muchas ocasiones se puede realizar también en otros domicilios o espacios en los que se encuentre la familia y/o cuidadores y el receptor del servicio, siempre y cuando sean lugares adecuados para la realización de las diferentes técnicas necesarias.

5. Facilidad para el tratamiento: En el caso de personas con enfermedades como trastornos mentales, sacarles de su entorno y llevarlos a un lugar desconocido puede ser un gran inconveniente, lo que puede llegar a provocar que sean reticentes a recibir el tratamiento.

6. Trato individualizado: Sin duda, la gran ventaja de este tipo de servicios es el tiempo y atención que se puede dedicar a la persona. Al estar en su propio entorno, la persona se siente atendida de una manera más personal.

En resumen, el plan fisioterápico a domicilio normalmente está centrado en:

- Aumentar la consciencia corporal, relajar y disminuir dolencias y fatiga a nivel cardiorespiratorio
- Mantenimiento y restauración de la fuerza y elasticidad muscular
- Mantener la marcha independiente y segura en fases iniciales y la movilidad en fases avanzadas
- Prevenir problemas asociados (obstrucciones respiratorias, ulceraciones por encamamiento, inmovilidad articular, ...)

- Estimular el lenguaje y capacidad expresiva
- Mejorar el estado anímico
- Dar apoyo al cuidador

Por último, añadir que existen numerosas particularidades por las que cada caso es diferente, con lo que el establecimiento del número de sesiones dependerá de las necesidades y posibilidades de la persona que precisa el servicio y su familia y/o cuidadores, siendo recomendable, en casi todos los casos de personas afectadas por una enfermedad neurodegenerativa, una sesión semanal, como mínimo, con una duración aproximada de 40 a 50 minutos, para poder obtener resultados adecuados a los objetivos planteados.

Rosa Elena Maita
Fisioterapeuta de Afaga Alzheimer