

- Activa asistida: Se realiza el movimiento ayudado por algún material (poleas o gomas elásticas)
- Activa libre : Realiza el movimiento sin ayuda ninguna
- Activa resistida: Debe vencer una resistencia externa, que puede ser aplicada por el fisioterapeuta o por algún otro elemento (gomas elásticas o pesas)

Crioterapia: Aplicación de frío en la zona afectada, esta técnica se suele aplicar justo después de alguna lesión. Evita la inflamación, reduce el dolor, y actúa como relajante muscular posesfuerzo

Electroterapia: Aplicación de diversos estímulos generados por una corriente eléctrica.

- Los programas de estimulación muscular sirven para recuperar la capacidad contractil del músculo que tiene disminuida su fuerza.

- Recuerde que la familia o quien se haga cargo del paciente reciba ayuda psicológica y en otros temas relevantes para adoptar a la nueva situación del miembro de la familia, y por consiguiente, de la familia, porque deberán aprender a encontrar recursos de su comodidad que antes no necesitaban.

Hospital General de México

Dr Eduardo Liceaga

Dirección: Dr Balmis 148, Colonia Doctores, Cuauhtemoc, Ciudad de Mexico.

Técnicas de rehabilitación

Material de apoyo para la educación de pacientes y sus familiares (PFE)



DR. EDUARDO LICEAGA



Rehabilitación integral

Se define como el conjunto de medidas sociales, educativas y profesionales destinadas a restituir al paciente afectado la mayor capacidad e independencia posibles.

¿A quien va dirigido?

A pacientes, familiares y todos los miembros de la comunidad donde se incluyen la asociación de ceguera, sordera y discapacidad auditiva además de la limitación físico motora.

¿Qué se rehabilita?

Después de haber sufrido un esguince, lesión muscular grave o de tendones, fracturas u otra lesión que limite la movilidad y función de una extremidad o cuerpo completo

El médico lo valorará desde el punto de vista funcional:

- Valoración muscular
- Valoración de la amplitud articular
- Independencia de las actividades de la vida diaria
- Control voluntario de la postura y de los movimientos
- Cómo se desplaza (camina, silla de ruedas, gateo, etc.)

Tomando en cuenta lo anterior, se determinará la técnica adecuada para usted así como el tiempo aproximado para la misma.



Tipos de técnicas

Fisioterapia: Tratamiento a través del movimiento.

Es la base de la rehabilitación

Encontramos dos tipos: Activa y pasiva

Pasiva: Usted no participa voluntariamente en el movimiento

1. Pasiva asistida: La realiza el fisioterapeuta de forma manual o bien por medios mecánicos
2. Autopasiva: La realiza usted de forma manual o mediante poleas
3. Pasiva instrumental: Es realizada por aparatos o máquinas electromecánicas.

Se utiliza para estimular los tejidos afectados por una patología que incapacita al paciente para su realización voluntaria y ayuda a mejorar la amplitud de movimiento de las articulaciones afectadas

Activa: Cuando ya existe movimiento voluntario propio.