



Universidad del Sureste
Escuela de Medicina

RESUMEN DE TECNICAS DE REHABILITACIÓN PULMONAR

MATERIA: MEDICINA FISICA Y REHABILITACIÓN

ALUMNA: DANIA ESCOBEDO CASTILLO

CARRERA: MEDICINA HUMANA

SEMESTRE: QUINTO GRUPO A

TECNICAS DE REHABILITACION PULMONAR.

Todo programa de rehabilitación pulmonar tiene como objetivo reducir los síntomas, mejorar la actividad y la función y recuperar el mayor nivel de independencia posible en el paciente con enfermedad respiratoria crónica.

TÉCNICAS.

EJERCICIOS RESPIRATORIOS.

Estos pretenden facilitar la ventilación pulmonar debido a que van a estar en movimiento el tórax.

• TÉCNICAS DE RELAJACIÓN.

Para desconectar y distender grupos musculares determinados, induciendo un estado de relajación.

• EJERCICIOS DE RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA.

Representa la ampliación de la respiración diafragmática normal. Pueden hacerse con asistencia o sin ella.

• EJERCICIOS DE EXPANSIÓN TORÁCICA

Localizados en distintas partes, aplicando presión en áreas apropiadas de la pared del tórax y utilizando estímulos propioceptivos.

• EJERCICIOS DE AMORÓN.

Ejercicios de expansión torácica que el px realiza solo.

DRENAJE BRONQUIAL

Agrupa todas las técnicas encaminadas a eliminar secreciones del árbol bronquial.

• HIDRATACIÓN GENERAL

Ingerir al menos 2 litros de agua al día para fluidificar secreciones.

• AEROSOLTERAPIA

Tratamiento por inhalación de partículas líquidas o sólidas finalmente dispersas en suspensión en un gas.

• SOPURO

Expiración violenta con la glotis abierta que favorece la expectoración.

• TOS.

• PERCUSIÓN O CLAPPING.

Palmoteo rítmico sobre el tórax que produce una onda de energía que es transmitida a través de la pared torácica.

• VIBRACIÓN.

Ejercer pequeñas presiones rítmicas sobre el tórax durante la espiración.

• DRENAJE POSTURAL

Colocación del paciente en distintas posiciones aprovechando la acción de la gravedad para favorecer el resquebrajamiento y expulsión de secreciones.

OBJETIVOS DE UNA FISIOTERAPIA PULMONAR

- Facilitar la eliminación de secreciones.
- Disminuir las resistencias bronquiales y trabajo respiratorio.
- Prevenir complicaciones pulmonares.
- Acelerar la curación respiratoria.
- Prevenir complicaciones pulmonares.

- Adecuar el patrón ventilatorio
- Aumentar movilidad diafragmática y costal
- Disminuir la sensación de disnea.
- Mejorar la fuerza y resistencia.
- Mejorar la calidad de vida y tolerancia al ejercicio.

INDICACIONES DE REHABILITACIÓN PULMONAR

- Patologías obstructivas
 - EPOC
 - Bronquiectasias
 - Neumonía.
- Patologías restrictivas
 - Edema de pulmón
 - Neumotórax
- Cirugía cardiopulmonar
- Pacientes encamados

Bibliografía.

Beinal C. Fisioterapia respiratoria