



Universidad del Sureste

Escuela de Medicina

REHABILITACIÓN PULMONAR

Materia: Medicina Física Y de rehabilitación

Presenta: Jesús Alejandro Morales Pérez

5 A

Medicina Humana

TECNICAS DE REHABILITACION PULMONAR

¿QUÉ ES?

Es un programa para personas que tienen problemas respiratorios crónicos. Puede ayudar a mejorar su capacidad de realizar tareas diarias y calidad de vida. La Rehabilitación pulmonar no reemplaza su tratamiento médico sino que se utiliza de manera conjunta.

La rehabilitación pulmonar suele ser un programa ambulatorio que se realiza en un hospital o clínica. Algunas personas lo reciben en sus hogares. Se trabaja con un equipo de proveedores de atención médica para encontrar formas de disminuir sus síntomas, aumentar su capacidad de hacer ejercicio y facilitar sus actividades diarias.

▶ ENTRENAMIENTOS DE EJERCICIOS.

Su equipo creará un plan de ejercicios para mejorar su resistencia y fuerza muscular. Es probable que ejercite sus brazos y piernas.

▶ CONSEJERIA NUTRICIONAL.

Tener sobrepeso o bajo peso puede afectar su respiración. un plan de alimentación nutritivo puede ayudarlo a tener un peso saludable.

▶ TECNICAS PARA EVITAR CANSARSE

su equipo puede enseñarle formas fáciles de hacer las tareas diarias. P.ej. puede aprender maneras de evitar estirarse, levantarse o doblarse. Esos movimientos dificultan la respiración.