



**Universidad del Sureste**

**Escuela de Medicina**

**Materia: Medicina Física y de Rehabilitación**

**Reporte de Lectura: Rehabilitación en pacientes con  
esclerosis múltiple**

**Presenta. Gabriela Gpe Morales Argüello**

**Dr. Jiménez Ruiz Sergio**

**Lugar y fecha**

**Comitán de Domínguez Chiapas 06/12/2021**

## Rehabilitación en pacientes con EM

Quando un paciente de esclerosis múltiple sufre un brote, en algunos casos pueden quedar secuelas en forma de dificultad a la hora de ejecutar ciertas tareas o funciones. Por este motivo, es importante trabajar para tratar estas secuelas y mejorar su calidad de vida. Neurorehabilitación es una intervención terapéutica centrada en la estimulación del sistema nervioso para que forme nuevas conexiones neuronales tras una lesión neurológica, estimulando una capacidad que se conoce como neuroplasticidad. Este potencial adaptativo del sistema nervioso permite que el cerebro y los nervios, así como también las neuronas puedan recuperarse de un trastorno o lesión. Así, el \*peor ejercicio para una enfermedad neurodegenerativa es la inactividad, ya que el cerebro y los nervios, al no recibir estímulos, no crean nuevas conexiones, ni inician por tanto el proceso adaptativo de revertir los efectos del brote o, como mínimo, la minimización de las secuelas. **REHABILITACIÓN FÍSICA:** la terapia física busca la mejora de la capacidad del cuerpo para moverse y funcionar, con especial énfasis en el caminar y la movilidad general, la fuerza, el equilibrio, la postura, la fatiga y el dolor. El objetivo es promover la seguridad, conseguir y mantener un funcionamiento óptimo, y prevenir complicaciones innecesarias, como la debilidad muscular por falta de movilidad y las contracturas musculares relacionadas con la espasticidad. La terapia física puede incluir un programa de ejercicios, entrenamiento en determinadas prácticas de movimientos y formación en el uso de ayudas a la movilidad y otros dispositivos asistenciales. Esta rehabilitación física puede





Incluir actividades presenciales en un centro (fisioterapia, deporte terapéuticos, hidroterapia o logopedia), y también actividades mediante programas informáticos y juegos online, conocida como rehabilitación virtual (RV). Fisioterapia: se recomienda cuando hay un problema específico o síntomas en curso que afectan a las actividades cotidianas, la movilidad y la independencia. Puede ayudar a cualquier nivel de discapacidad. Los problemas de la vejiga, el dolor y los espasmos musculares, y la incontinencia también pueden ser objeto de fisioterapia. Dentro de la rehabilitación física hay grandes proyectos en desarrollo para tratar problemas de la movilidad, los cuales afectan a una gran parte de los pacientes. ejemplo: Estimulación Eléctrica Funcional (FEF), un método terapéutico donde se estimulan los nervios con corrientes eléctricas mediante electrodos de superficie para causar una contracción muscular. El objetivo es producir un movimiento funcional en la extremidad deteriorada. Con el FEF se permite entrar los músculos incluso cuando se ha perdido parcial o totalmente su control voluntario. Objetivos de FEF: \*relajación de los espasmos musculares, \*prevención o retraso de la atrofia por desuso, \*incremento local de la circulación de la sangre y \*mantener o aumentar el rango de movimiento. Actividad física terapéutica: la rehabilitación física en la esclerosis múltiple es como una carrera de larga distancia, lo más importante es mantener una práctica constante. La actividad física suave y constante es imprescindible para evitar las complicaciones que pueden conllevar algunos de los síntomas de la esclerosis múltiple, así como para



mantener y mejorar aquellas funciones que han quedado afectadas. También es importante mantener una correcta hidratación y refrigeración ya que las personas afectadas de EM pueden tener hipersensibilidad al calor. Es importante que cada persona conozca sus límites de tolerancia a la actividad física. No son recomendables aquellas actividades de resistencia que no pueden ser detenidas en caso de necesidad. Un incremento en la temperatura corporal de  $0,5^{\circ}\text{C}$  causa un retraso y/o bloqueo del impulso nervioso en las fibras demielinizadas que podría resultar en una exacerbación de los síntomas de la EM.

\* **Hipoterapia o Equinoterapia:** en las patologías que afectan al sistema nervioso, un método de terapia muy utilizado es el uso de los animales, para ayudar a mejorar alguno de los síntomas, modular conductas y ayudar a convivir con efectos secundarios de tipo más emocional, tales como el estrés o la fatiga.

\* **hipoterapia**, se basa en el uso del caballo como herramienta de rehabilitación. En este caso, el simple hecho de estar sentado sobre el caballo produce la transmisión de un patrón de marcha tridimensional equivalente al patrón de la marcha humana, y esto provoca la activación de reacciones de coordinación y equilibrio, así como la aparición de reflejos posturales. El patrón fisiológico de la marcha que la persona realiza durante la monta se graba en el cerebro y con el tiempo se automatiza, lo que posibilita su transferencia a la marcha normal. Para montar y desmontar, habitualmente se utiliza una rampa que ayuda a realizar la trans-

ferencia de peso a la montura del caballo. **Logopedia:** es una herramienta muy útil en algunos casos



de afectación de lenguaje. Con esta terapia se evalúa y tratan problemas con el habla y lo al tragar, posiblemente causados por daños en el sistema nervioso central que han reducido el control de los músculos utilizados en estas funciones importantes. El objetivo de la terapia es mejorar la facilidad y la claridad de la comunicación, así como promover la ingestión segura. Realidad Virtual (RV), a menudo conocida como gamificación, es la simulación de un entorno real a través del ordenador, por lo que hay una interacción activa del usuario con un entorno ficticio. Estas actividades de RV se dirigen tanto a la rehabilitación física como cognitiva, dependiendo de la tipología de programa utilizado y de los ejercicios realizados. A nivel físico, la RV refuerza la capacidad de atención, concentración y memoria al tener que forzar al paciente a realizar determinados movimientos muy específicos o secuencia pre-programada. La rehabilitación en esclerosis múltiple está dirigida a preservar y conservar la funcionalidad en la vida diaria de la persona con EM, y contempla tres ámbitos de actuación: físico, cognitivo y emocional. El deterioro cognitivo es uno de los síntomas que pueden presentarse con EM con diferentes grados de interferencia en la vida diaria. Aunque la EM no sigue un patrón homogéneo de afectación la rehabilitación cognitiva se basa en la neuropsicología, que es el estudio de la estructura y la función del cerebro, en relación con diferentes procesos y conductas psicológicas.

## **Bibliografía**

*Fundación GAEM.* (12 de Junio de 2018). Obtenido de Terapias de rehabilitación en Esclerosis Múltiple - Fundación: <https://fundaciongaem.org/terapias-rehabilitacion-en-esclerosis-multiple/>