



Universidad del Sureste

Licenciatura en Medicina Humana

Materia:

Medicina física y rehabilitación

Docente:

Sergio Jimenez

Alumno:

Minerva Reveles Avalos

Semestre y grupo:

5 "B"

Comitán de Domínguez, Chiapas a; 05 de diciembre 2021.

Rehabilitación en pacientes con enfermedad de Duchenne

El enfermo no debe permanecer en cama de forma prolongada y conviene estimularlos para que mantengan una vida lo más normal y completa posible, evitando la obesidad y practicando ejercicios mientras sea posible, es preciso por tanto facilitar al paciente una terapia física adecuada, donde se tratan los síntomas y las complicaciones que van apareciendo, como fracturas, contracturas, problemas motores de coordinación, infecciones pulmonares y descompensación cardíaca.

Mientras no haya una terapia efectiva para curar la enfermedad, los pacientes deben recibir el apoyo necesario para mejorar en todo lo posible su calidad de vida.

Es muy importante el entrenamiento del paciente y su familia en los conocimientos de rutina de ejercicios de elongación que sirven para evitar o retrasar las deformaciones que producen dolores y afectan a la capacidad de movimiento.

Y mantener así la capacidad de andar.
Se debe hacer un programa preventivo
para mantener en buenas condiciones
la musculatura implicada. Y evitar posibles
complicaciones. Se aplicaran técnicas de
fisioterapia, en donde se focaliza
específicamente en el ejercicio físico y
con ello la aplicación directa de la biomecánica
en la rehabilitación física del individuo.
Algunas de las acciones que se deben
considerar al momento de realizar el
ejercicio físico:

Control postural, mantener la fuerza muscular
y las actividades motrices que el paciente
conserva, sesiones cortas para evitar la
fatiga, prevenir la aparición de
contracturas, mantener la flexibilidad mediante
movilizaciones pasivas y estiramientos,
prevenir actitudes posturales incorrectas,
fomentar el mayor grado de independencia
del individuo, tanto en habitaciones
manipulativas como en las de movilidad,
las asesoras. Sobre actividades recreativas
terapéuticas, como la actividad acuática,
que es terapéutica y lúdica, complementan
el tratamiento fisioterapéutico.
Mantenimiento de la flexibilidad y
prevención de la aparición de contracturas,
mediante: cinesiterapia pasiva y activa
asistida de miembros inferiores: cadera,
rodilla, tobillo.

kinesiterapia activa-asistida y activa-resistencia de miembros superiores, bíceps, tríceps, deltoides.

Estiramientos analíticos de la musculatura de isquiolibiales, tríceps sural, psoas ilíaco, aductores.

Ejercicios de flexión de columna.

Dorsales.

Mantenimiento y mejora de la fuerza muscular y de las actividades que conserva mediante: ejercicios de tonificación y resistencia de todos los grupos musculares de MMII y MMSS y ejercicios en cuadrupedia.

Hydroterapia en el agua se elimina el efecto de la gravedad y los pacientes no solo son capaces de flotar, sino que pueden hacer una gran cantidad de movimientos.

Los grupos musculares tanto del tren inferior, como el tren superior, son enmarcados en un global y algunas de las complicaciones más frecuentes apuntan a la pérdida de la fuerza muscular, a las constantes contracturas, problemas de coordinación de la marcha e inconcomentarios respiratorios (cardíaco); siendo este último el principal factor de muerte en la distrofia muscular de Duchenne.

• Ejercicio físico y biomecánica.

Para entender, es importante en la actividad física de una persona con

este tipo de distrofia:

Actividad física.

Es un concepto aglutinador, amplio y generalista, de tal forma que de él se generarían los términos juegos, deportes y educación física entre otros. Es una manera de adquirir, mantener o mejorar la forma física, por lo tanto se puede dar comienzo a una aproximación correspondiente de esta.

"Cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos y que se produzca un gasto energético". Este concepto se enfoca a la actividad física de manera superficial dando a entender que realizando actividades básicas cotidianas, como lo es el caminar, presentarían gastos energéticos significativos, no siendo lo que se procura interiorizar y se busca enfatizar en conceptos más exigentes para lograr progresión con la actividad que se realiza.

La actividad física adaptada, como un cuerpo de conocimiento multidisciplinario dirigido a la identificación y solución de los diferentes individuales en la actividad física, aboga por mejorar el acceso a estilos de vida y al deporte.

Bibliografía:

Importancia de los ejercicios físicos en la Distrofia Muscular tipo Duchenne. (2015,

December 14). Retrieved December 6, 2021, from eFisioterapia website:

<https://www.efisioterapia.net/articulos/importancia-ejercicios-fisicos-distrofia-muscular-tipo-duchenne>