



**Mi Universidad**

## **Cuadro sinóptico**

*Nombre del Alumno: Rosalinda Santiago Ramírez*

*Nombre del tema: Tipos de fisioterapia*

*Nombre de la Materia: Enfermería y practicas alternativas de salud*

*Nombre del profesor: Lic. Sandra jazmín Ruiz Flores*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 8 octavo*

FISIOTERAPIA DEPORTIVA

CONCEPTO

La fisioterapia deportiva es una forma especializada de fisioterapia que está diseñada para ayudar con las lesiones ocurridas durante las actividades deportivas. Las modalidades incluyen tratamiento práctico y rehabilitación.

TRABAJO PREVENTIVO

Consiste en mejorar y trabajar la condición muscular del deportista, evitando las cargas y corrigiendo el mal gesto deportivo. Trabajaremos la musculatura con masaje deportivo para descargar o tonificar según se encuentre en ese momento el deportista.

Los beneficios que obtenemos principalmente evitamos el riesgo de lesión, mejora el rendimiento deportivo, la musculatura estará en su más alto nivel, aumentará su elasticidad, su adaptación al esfuerzo será mejor y por supuesto mejorará su estado anímico y psicológico.

REHABILITACIÓN DE LA LESIÓN

Se hará una buena planificación de los entrenamientos, ejercicios de estabilidad articular, buen trabajo de propiocepción, estiramientos, fortalecimientos. También marcamos unas pautas de conducta al deportista, que debe de seguir para facilitar su recuperación.

Nuestro objetivo es recuperar la lesión en menor tiempo posible con toda su funcionalidad. Tenemos que readaptar al deportista a los entrenamientos.

LESIONES QUE SE TRATAN EN LA FISIOTERAPIA

Son muchas las lesiones que se tratan, enumeramos las más comunes:

- Tendinitis/ tendinosis (manguito rotador, rotuliano, Aquiles, etc.)
- Meniscopatías, condromalacia rotuliana.
- Esguinces tobillo, ligamentos laterales de la rodilla, cruzados, esguince de muñeca, entre otros.
- Lesiones musculares, rotura de fibras, contracturas, puntos gatillo, etc.
- Osteopatía de pubis.

FISIOTERAPIA NEUROLÓGICA

CONCEPTO

La fisioterapia neurológica es una rama dentro de la fisioterapia que se dedica al tratamiento de las alteraciones y lesiones ocasionadas por una afectación del Sistema Nervioso central o periférico y que afectan al movimiento.

¿POR QUÉ SE REALIZA?

Es una terapia que se realiza para mejorar las funciones alteradas como la movilidad, el equilibrio o la postura. El objetivo principal es que el paciente pueda volver a realizar sus actividades cotidianas con normalidad y poder valerse por sí solo.

PATOLOGÍAS QUE TRATAN

Las principales patologías que se tratan con la fisioterapia neurológica son los accidentes neurovasculares, ictus, esclerosis múltiple, Parkinson, parálisis cerebral, traumatismos craneo-encefálicos, lesiones medulares, patologías neurodegenerativas y lesiones periféricas como la parálisis facial, entre otras.

También son posibles de tratar con esta técnica los dolores del miembro fantasma (amputados), el dolor crónico, la fibromialgia y los dolores posturales y de espalda.

¿QUÉ TRATAMOS?

Las necesidades terapéuticas varían en cada caso, pero algunas de las secuelas que pueden verse mejoradas por este tipo de terapia son:

- Espasticidad, espasmos y tensión muscular
- Dolor
- Alteraciones en la alineación, esquema corporal y control postural
- Alteraciones del equilibrio, propiocepción, alcance, prensión o manipulación.
- Alteraciones de la sensibilidad
- Descondicionamiento físico

FISIOTERAPIA PEDIÁTRICA

CONCEPTO

La fisioterapia pediátrica es la disciplina de la fisioterapia que se encarga del asesoramiento, tratamiento y cuidado de aquellos bebés, niños/as y adolescentes que presentan un retraso general en su desarrollo, desórdenes en el movimiento (tanto congénitos como adquiridos) o que tienen riesgo de padecerlos.

¿EN QUÉ CONSISTE LA FISIOTERAPIA PEDIÁTRICA?

pretende atender trastornos neurológicos y lesiones ortopédicas que limiten el potencial de los niños para ser independientes cuando sean adultos. En la infancia, el cerebro tiene plasticidad neuronal, que brinda la capacidad para realizar nuevas tareas, por ello es importante tratar los padecimientos a esa edad.

¿QUÉ PADECIMIENTOS TRATA LA FISIOTERAPIA PEDIÁTRICA?

- Enfermedades neuromusculares (distrofia muscular, miopatías).
- Enfermedades del nervio periférico (neuropatías congénitas o adquiridas).
- Lesiones de plexos (plexopatías traumáticas, infecciosas o tumorales).
- Enfermedades de neurona motora (atrofias musculares espinales).
- Lesión medular (esпина bífida, mielomeningocele, meningocele). Entre otros.

OBJETIVO

El objetivo principal de la fisioterapia pediátrica es lograr que los niños se conviertan en adultos funcionales, maduros e integrados a la sociedad. Para lograrlo, como lo mencionamos anteriormente, se requiere un trabajo en equipo y multidisciplinario.

CONCEPTO

La fisioterapia respiratoria es una subespecialidad dentro de la Fisioterapia enfocada a prevenir, tratar y estabilizar las disfunciones o alteraciones de la respiración.

OBJETIVO

Su objetivo es mejorar la ventilación regional pulmonar, el intercambio de gases, la función de los músculos que intervienen en la respiración, la disnea, la tolerancia a hacer ejercicio, entre otros problemas.

El objetivo de esta técnica es conseguir que las secreciones drenen por acción de la gravedad hacia bronquios mayores, tráquea, hasta conseguir expulsarlas con la tos.

¿QUIÉNES NECESITAN FISIOTERAPIA RESPIRATORIA?

Personas que sufran algunas de estas patologías las más comunes son:

- Asma.
- Enfermedades neuromusculares.
- EPOC (Enfermedad pulmonar obstructiva crónica).
- Neumonía.
- Absceso pulmonar.
- Trasplante pulmonar, de corazón o hígado.
- Intervenciones quirúrgicas en corazón o tórax.
- Cáncer de pulmón.

TÉCNICAS MÁS UTILIZADAS EN LA TERAPIA RESPIRATORIA

- Drenaje postural
- Percusión y vibración
- Aspiración
- Educación de la tos
- Ejercicio de respiración

BENEFICIOS

Los principales beneficios que notan son:

- Disminuye la sensación de cansancio.
- Incrementa la capacidad pulmonar.
- Mejora los problemas de disnea.
- Aumenta la resistencia física.
- Puede tener mayor autonomía para realizar actividades.
- Ayuda a controlar la ansiedad y el estrés.
- Reduce el uso de medicamentos.

F  
I  
S  
I  
O  
T  
E  
R  
A  
P  
I  
A  
  
T  
R  
A  
U  
M  
A  
T  
O  
L  
Ó  
G  
I  
C  
A

CONCEPTO

La fisioterapia traumatólogica es una disciplina de la fisioterapia que, a través de medios manuales y físicos, previene, trata y cura dolencias de tipo traumático como las fracturas, politraumatismos, esguinces o luxaciones.

OBJETIVO

El objetivo es aliviar el dolor, reducir la inflamación, recuperar la movilidad o la recuperación funcional del paciente.

¿QUÉ LESIONES PUEDE TRATAR LA FISIOTERAPIA TRAUMATOLÓGICA?

- Lesiones de ligamentos: Esguinces, roturas ligamentosas.
- Lesiones musculares: roturas fibrilares, contracturas, atrofas.
- Lesiones tendinosas: tendinopatías, calcificaciones.
- Lesiones de cartílagos: lesiones meniscales, condropatías
- Lesiones articulares: luxaciones, subluxaciones, artrosis, artritis.
- Fracturas
- Patologías de espalda: patología disco-vertebrales, subluxaciones articulares, alteraciones en la alineación de la columna.
- Lesiones quirúrgicas (preparación preoperatoria y recuperación postoperatoria)

BENEFICIOS

Hay muchos beneficios de la fisioterapia traumatólogica, incluida la reducción de síntomas como rigidez articular, ansiedad, dolor, etc.

- Alivio del dolor
- Recuperación de la funcionalidad y movilidad
- Optimización del proceso de curación
- Aumento considerable de la fuerza
- Prevenir la posibilidad de recaer
- Aumentar la autonomía del paciente

TÉCNICAS MÁS UTILIZADAS EN LA FISIOTERAPIA TRAUMATOLÓGICA

Estas son las técnicas más comunes

- Punción seca
- Vendaje neuromuscular o Kinesiotaping
- Electroterapia
- Terapia manual
- Ejercicios para la propiocepción
- Inducción miofascial
- Ejercicios y estiramientos específicos
- Mesoterapia, Osteopatía, Masaje, Cyriax
- Manipulaciones o movilizaciones vertebrales tipo Maitland.

FISIOTERAPIA ORTOPÉDICA

**CONCEPTO** { Es un área especializada dentro de la fisioterapia que se centra en una precisa evaluación, diagnóstico y tratamiento de lesiones músculo-esqueléticas. Las lesiones musculoesqueléticas son las lesiones en articulaciones, músculos, huesos, tejidos blandos y/o de los nervios.

- OBJETIVO** { El tratamiento tiene como objetivos principales:
- Optimizar el proceso de curación de la lesión.
  - Disminuir el dolor.
  - Disminuir la inflamación.
  - Restaurar la movilidad.
  - Aumentar la fuerza.
  - Restaurar el movimiento normal.
  - Aumentar la autonomía del paciente.
  - Prevenir recaídas.

- PATOLOGIAS TRATADAS** { Algunas patologías tratadas son:
- Lesiones de ligamentos (esguinces, roturas).
  - Lesiones musculares.
  - Lesiones de cartílagos.
  - Luxaciones.
  - Fracturas.
  - Degeneración articular (artritis, artrosis).
  - Patologías de espalda.
  - Lesiones que requieren cirugía (preoperatorio y postoperatorio).

{ Las patologías tratadas más comunes son el dolor de cuello y espalda, y lesiones de hombro, cadera y rodilla.

- BENEFICIOS** { Los beneficios:
- Disminución del dolor.
  - Previene y/o restaura las dolencias en la columna y extremidades.
  - Incrementa la movilidad de las articulaciones.
  - Previene dolencias a largo plazo.
  - Aporta más elasticidad a los tejidos

F  
I  
S  
I  
O  
T  
E  
R  
A  
P  
I  
A  
  
G  
E  
R  
I  
Á  
T  
R  
I  
C  
A

CONCEPTO

Es una especialidad de la fisioterapia que trabaja la prevención, diagnóstico y tratamiento de las patologías de personas de edad avanzada.

Se basa en formas concretas de aplicación y adaptación de las personas mayores y es una disciplina fundamental a la hora de tratar enfermedades derivadas del envejecimiento.

BENEFICIOS

Beneficios físicos.

- reducir las molestias y el dolor
- reeducar la marcha
- recuperar y fortalecer la masa muscular
- aumentar la flexibilidad
- mejorar el control postural
- mejorar la sensibilidad y la capacidad articular
- mejorar la coordinación y el equilibrio (evitando así posibles caídas)

Beneficios psicológicos:

1. Hace que la persona tenga más energía y confianza para hacer cosas
2. Combate el estrés y la ansiedad.
3. Mejora la calidad del sueño

Todo ello se traduce también en un aumento considerable de la autoestima, además tienen un mayor control de su autonomía y tiene lugar una mejora en la calidad de sus relaciones con otras personas.

TÉCNICAS O TRATAMIENTOS

Estas son algunas de las aplicaciones y tipos de fisioterapia para la tercera edad:

- Crioterapia. Uso del frío con fines terapéuticos tales como: desinflamación, analgesia.
- Gerontogimnasia. Tabla de ejercicios adaptada a las personas de edad avanzada, cuyo objetivo es mantener la movilidad.
- Masoterapia. Uso del masaje con fines terapéuticos (artrosis, contracturas, lumbalgia, cialgia, etc.)
- Rehabilitación del equilibrio y propiocepción. La pérdida de equilibrio y percepción de nuestro cuerpo respecto del espacio es común en personas mayores, por ello, la fisioterapia ayuda a mantener estas dos cualidades.
- Rehabilitación neurológica. Ictus, ACV, Alzheimer, Parkinson, etc.

## REFERENCIAS BIBLOGRAFICAS

<https://centroefisa.com/tipos-de-fisioterapia>

<https://www.egr.es/fisioterapia-deportiva-caracteristicas/#:~:text=La%20fisioterapia%20deportiva%20es%20una,otro%20de%20recuperaci%C3%B3n%20de%20lesiones.>

<https://neural.es/que-es-la-fisioterapia-neurologica-y-cuales-son-sus-aplicaciones/>

<https://fisiofine.com/que-es-la-fisioterapia-neurologica-o-neurorehabilitacion/>

<http://www.sefip.org/fisioterapia-pediatrica/#:~:text=La%20fisioterapia%20pedi%C3%A1trica%20es%20la,que%20tiene%20riesgo%20de%20padecerlos.>

<https://policlinicametropolitana.org/informacion-de-salud/terapia-respiratoria-que-es-y-quienes-lo-necesitan/>

<https://fisiolaherradura.com/fisioterapia-traumatologica/#:~:text=La%20fisioterapia%20traumatol%C3%B3gica%20es%20una,%2C%20politraumatismos%2C%20esguinces%20o%20luxaciones.>

<https://www.martinvasco.es/que-es-la-fisioterapia-traumatologica-talavera/#:~:text=La%20fisioterapia%20traumatol%C3%B3gica%20es%20uno,la%20hora%20de%20la%20rehabilitaci%C3%B3n.>

<https://www.miguelpenaosteopata.com/fisioterapia/ortopedica/#:~:text=La%20fisioterapia%20ortop%C3%A9dica%20es%20un,y%2Fo%20de%20los%20nervios.>

<https://neuro-centro.com/fisioterapia-geriatrica-que-es-y-cuales-son-sus-beneficios/#:~:text=Es%20una%20especialidad%20de%20la, tratar%20enfermedades%20derivadas%20del%20envejecimiento.>