

**UNIVERCIDAD DEL SURESTE**

**MATERIA**

MEDICINA FÍSICA Y DE REHABILITACIÓN

**DOCENTE**

LIC. JOSE SEBASTIAN PEREZ FLORES

**MATERIA**

FISIOTERAPIA Y REHABILITACIÓN INTEGRAL

**ALUMNA**

YESICA DE JESUS GOMEZ LOPEZ

9 DE SEPTIEMBRE DEL AÑO 2023

**Introducción**

La fisioterapia es una profesión del área de salud que estudia principalmente el movimiento humano y las diferentes formas en que puede ser ejercida. Anteriormente, la fisioterapia se centró sobre todo en el tratamiento y la rehabilitación de pacientes las alteraciones motoras. Y sin embargo, el nuevo escenario demográfico y epidemiológico, las transformaciones de los sistemas de salud, de promoción de la salud demandan reconfiguraciones epistémicas con el propósito de hacer que la experticia y la práctica de la profesión estén más contextualizadas en las necesidades de la población. Las nuevas responsabilidades, la fisioterapia aún no tiene una definición clara con relación a la salud colectiva, y presenta una fragilidad importante en la formación para la acción en el ámbito social y en las políticas de salud. En este sentido, se desarrollaron una serie de modelos con el objetivo de conformar una teoría general de la profesión y proveer definiciones para conceptos claves como cuerpo, movimiento, independencia, participación y función.

**FISIOTERAPIA Y REHABILITACION**

Para tenerlo en claro que la fisioterapia y la rehabilitación no son lo mismo**.**

La rehabilitación es lo que comúnmente se conoce como el resultado de aplicar, entre otras cuestiones, a la fisioterapia para la recuperación ya sea física, social y mental, como así también la laboral.

Pero hay que tener presente que la rehabilitación no incluye solo a la fisioterapia, sino que en ella pueden llegar a intervenir otros profesionales médicos y sanitarios. La fisioterapia integra la recuperación como una de sus principales tareas, resulta ser una parte muy importante del proceso de rehabilitación tras haber sufrido el paciente una lesión grave. Es aquí donde más interviene la fisioterapeutas, poniéndole vital atención a este proceso curativo ya que ellos son expertos para hacer que la recuperación del paciente sea lo antes posible, se de manera sana y recupere cuando antes se calidad de vida previa a la lesión que sufrió.

Un profesional de la fisioterapia podrá formular junto con el paciente, los objetivos necesarios y apropiados a su estilo de vida. Y la rehabilitación servirá para ayudar a esos pacientes a regresar a su estado de salud anterior a la lesión, o también para mejorar su condición física, tanto como esté al alcance, luego de una enfermedad o lesión o cualquier otro efecto negativo que influya en el bienestar del paciente en cuestión. Las vinculaciones entre fisioterapia y la rehabilitación, por supuesto, son muy notorias, pero con todo lo recientemente expuesto, queda evidenciado que no son lo mismo y que también pueden resultar complementarias una de otra para responder y dar un adecuado tratamiento a quien las necesita.

Las técnicas incluyen

* Ejercicios de aumento del grado de movilidad
* Ejercicios de fortalecimiento muscular
* Ejercicios de coordinación y equilibrio
* Ejercicios de deambulación (caminar)
* Ejercicios de preparación física general
* Entrenamiento del desplazamiento

**Ejercicios de aumento del grado de movilidad**

El grado de movilidad se reduce, en muchas ocasiones, tras un accidente cerebrovascular o el reposo en cama durante un periodo prolongado de tiempo. La reducción del grado de movilidad puede causar dolor, afectar el nivel funcional del afectado y aumentar el riesgo de excoriación (erosión de la piel) y úlceras de decúbito o por presión.

Los ejercicios de aumento del grado de movilidad activo-asistido y activo-pasivo se realizan muy suavemente para evitar lesiones, aunque es inevitable que produzcan algún malestar.

Para aumentar el grado de movilidad, el terapeuta fuerza el movimiento de la articulación afectada hasta sobrepasar el punto de dolor, pero este movimiento no debe producir dolor residual (dolor que persiste después de cesar el movimiento). Un estiramiento moderado y sostenido es mucho más eficaz que un estiramiento momentáneo y forzado.

**Ejercicios de fortalecimiento muscular**

Cuando un músculo está muy débil, bastará con el movimiento para vencer la fuerza de gravedad. A medida que aumenta la fuerza muscular, la resistencia se va aumentando de forma gradual usando bandas elásticas o pesas. De este modo, aumentan el tamaño (la masa) y la fuerza del músculo y se mejora la resistencia.

**Ejercicios de deambulación**

Caminar ya sea de forma autónoma o con ayuda, es el objetivo principal de la rehabilitación. La persona afectada debe ser capaz de mantenerse en equilibrio estando de pie. Cuando la persona afectada está preparada para los ejercicios de deambulación, puede comenzar con barras paralelas y luego ir progresando hasta poder caminar con ayuda mecánica, como un caminador, muletas o un bastón.

Si una persona necesita apoyo para caminar, sus familiares o cuidadores deben colocar su brazo por debajo del brazo de la persona afectada y sujetar suavemente su antebrazo. Luego deben bloquear el brazo del afectado, presionándolo firmemente con el propio. Así, si se desequilibra, el hombro de su ayudante le servirá de apoyo. La persona afectada puede llevar un cinturón o una faja especial para que los cuidadores puedan sujetarla por la espalda y reequilibrarla si fuera necesario.

**Ejercicios de coordinación y equilibrio**

Son útiles para quienes tienen dificultades de coordinación y equilibrio. Los ejercicios de coordinación tienen como objetivo ayudar a los afectados a realizar tareas específicas. Los ejercicios implican la repetición de un movimiento significativo que haga trabajar más de una articulación y músculo, como recoger un objeto o tocarse una zona del cuerpo.

**CONCLUSION**

La fisioterapia y rehabilitación ayuda a personas con discapacidad o deficiencia, de una recuperación física, mental o social. Además de producir limitación de una o más capacidad física, biológicas o mentales, también afecta seriamente la calidad de vida, creando una desigualdad ante la sociedad, familiar y laboral de las personas con una discapacidad.

**BIBLIOGRAFIA**

[**https://www.msdmanuals.com/es/hogar/fundamentos/rehabilitaci%C3%B3n/fisioterapia**](https://www.msdmanuals.com/es/hogar/fundamentos/rehabilitaci%C3%B3n/fisioterapia)

[**https://fisiostar.com/fisioterapia-tratamientos/fisioterapia-vs-rehabilitacion#:~:text=Pero%20tiene%20que%20quedar%20muy%20en%20claro%20que,social%20y%20mental%2C%20como%20as%C3%AD%20tambi%C3%A9n%20la%20laboral**](https://fisiostar.com/fisioterapia-tratamientos/fisioterapia-vs-rehabilitacion#:~:text=Pero%20tiene%20que%20quedar%20muy%20en%20claro%20que,social%20y%20mental%2C%20como%20as%C3%AD%20tambi%C3%A9n%20la%20laboral)**.**