



**Mi Universidad**

## **Cuadro Sinóptico**

*Nombre del Alumno: Densee Lineth Bautista Peralta.*

*Nombre del tema: Técnicas de fisioterapia pulmonar.*

*Parcial: 1er.*

*Nombre de la Materia: Enfermería Clínica II .*

*Nombre del profesor: Cecilia De La Cruz Sanchez.*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería.*

*Cuatrimestre: 5to.*

## CONCEPTO

También conocida como fisioterapia pulmonar, la fisioterapia respiratoria es el campo de la rehabilitación física que se encarga de restaurar cualquier limitación del flujo aéreo del paciente, esto a través del diagnóstico, la aplicación de técnicas especializadas y el seguimiento terapéutico.

## Técnicas de respiración y entrenamiento muscular

- **Ejercicios de respiración profunda:** se enseña a los pacientes a respirar profundamente, utilizando la capacidad total de los pulmones y mejorando la ventilación.
- **Técnicas de reeducación respiratoria:** se utilizan para corregir patrones respiratorios inadecuados y mejorar la eficiencia de la respiración.
- **Entrenamiento de músculos respiratorios:** se emplean dispositivos de resistencia inspiratoria o espiratoria para fortalecer los músculos implicados en la respiración.

## Técnicas de expansión pulmonar

- **Espirometría incentiva:** se utiliza un dispositivo que proporciona resistencia para mejorar la expansión de los pulmones y fortalecer los músculos respiratorios.
- **Inspiración sostenida:** se realizan respiraciones profundas y prolongadas para aumentar la capacidad de los pulmones y mejorar la función pulmonar.

## Técnicas de eliminación de secreciones

- **Percusión y vibración:** se aplican golpes suaves y vibraciones en el tórax y la espalda para ayudar a movilizar y aflojar las secreciones pulmonares, facilitando su expulsión.
- **Drenaje postural:** se utilizan diferentes posiciones corporales para ayudar a drenar las secreciones hacia las vías respiratorias más accesibles para su eliminación.

## Técnicas de tos asistida

- **Técnicas de tos controlada:** se enseña a los pacientes a utilizar técnicas de tos eficaces para ayudar a eliminar las secreciones pulmonares.
- **Técnica de tos asistida manualmente:** un fisioterapeuta aplica presión manual sobre el tórax del paciente durante la tos para facilitar la expulsión de las secreciones.



## TÉCNICAS DE FISIOTERAPIA PULMONAR

### Ventilación mecánica

- **Ventilación no invasiva:** se utilizan dispositivos como mascarillas o cascos para administrar presión positiva y mejorar la ventilación en pacientes con dificultades respiratorias.
- **Ventilación invasiva:** se emplea un tubo endotraqueal o una traqueotomía para administrar ventilación mecánica a pacientes que no pueden respirar adecuadamente por sí mismos.

### Drenaje bronquial

El drenaje bronquial es una técnica utilizada en fisioterapia respiratoria que tiene como objetivo facilitar la eliminación de las secreciones acumuladas en los bronquios y las vías respiratorias, promoviendo una mejor ventilación pulmonar y previniendo complicaciones respiratorias.

### Respiración diafragmática

La respiración diafragmática, también conocida como respiración abdominal o respiración profunda, es una técnica utilizada en fisioterapia respiratoria que se enfoca en el uso del diafragma, el principal músculo respiratorio, para lograr una respiración más eficiente y completa.

### técnica de respiración diafragmática

- **Posición adecuada:** El paciente se coloca en una posición cómoda, preferiblemente acostado boca arriba o sentado con la espalda recta y relajada.
- **Colocación de las manos:** El paciente puede colocar una mano sobre el abdomen y otra sobre el pecho para tener conciencia de los movimientos respiratorios y asegurarse de que la respiración se esté realizando de manera adecuada.
- **Inhalación:** Se realiza una inhalación lenta y profunda a través de la nariz, llevando el aire hacia el abdomen. Durante esta fase, el diafragma se contrae y se desplaza hacia abajo, permitiendo que los pulmones se llenen de aire.
- **Exhalación:** Se realiza una exhalación lenta y controlada a través de la boca, permitiendo que el abdomen se relaje y vuelva a su posición inicial. Durante esta fase, el diafragma se relaja y asciende. La respiración diafragmática promueve varios beneficios en la función respiratoria, como:



## TÉCNICAS DE FISIOTERAPIA PULMONAR

### técnica de respiración diafragmática

- **Mejora de la capacidad pulmonar:** Al utilizar el diafragma de manera efectiva, se logra una expansión máxima de los pulmones, permitiendo una mayor entrada de aire y una mejor oxigenación.
- **Fortalecimiento del diafragma:** El entrenamiento regular de la respiración diafragmática puede fortalecer el músculo diafragma, lo que a su vez mejora la eficiencia de la respiración.
- **Reducción del estrés y la ansiedad:** La respiración diafragmática se asocia con una disminución de la frecuencia cardíaca, la presión arterial y la liberación de hormonas del estrés, lo que puede ayudar a reducir la ansiedad y promover la relajación.
- **Mejora de la oxigenación tisular:** Al aumentar la ventilación pulmonar y mejorar el intercambio de oxígeno y dióxido de carbono, la respiración diafragmática puede mejorar la oxigenación de los tejidos del cuerpo.

### Expansión pulmonar

La expansión pulmonar es una técnica utilizada en fisioterapia respiratoria que tiene como objetivo mejorar la capacidad de los pulmones para expandirse y contraerse durante la respiración. Se enfoca en maximizar el volumen de aire que los pulmones pueden contener y mejorar la eficiencia de la ventilación pulmonar.

### técnicas utilizadas en la expansión pulmonar

- **Espirometría incentiva:** Consiste en utilizar un dispositivo que proporciona resistencia al flujo de aire durante la inspiración, lo que requiere un mayor esfuerzo del paciente para llenar los pulmones. Esto ayuda a fortalecer los músculos respiratorios y mejorar la capacidad pulmonar.
- **Inspiración sostenida:** El paciente realiza inhalaciones profundas y las mantiene durante unos segundos antes de exhalar lentamente. Esta técnica ayuda a expandir los pulmones y mejorar su elasticidad.
- **Técnica de inspiración profunda y tos:** Se instruye al paciente a realizar una inspiración profunda seguida de una tos vigorosa para ayudar a desalojar las secreciones y abrir las vías respiratorias.
- **Técnicas de reeducación respiratoria:** Se utilizan ejercicios específicos para corregir patrones respiratorios inadecuados, como la respiración superficial o la respiración torácica, y enseñar al paciente a utilizar una respiración más profunda y diafragmática.
- **Ejercicios de fortalecimiento de los músculos respiratorios:** Se emplean ejercicios específicos destinados a fortalecer los músculos respiratorios, como el diafragma y los músculos intercostales, para mejorar la fuerza y la resistencia respiratoria.



## BIBLIOGRAFIA

- **La expansión pulmonar es una técnica utilizada en fisioterapia respiratoria que tiene como objetivo mejorar la capacidad de los pulmones para expandirse y contraerse durante la respiración. Se enfoca en maximizar el volumen de aire que los pulmones pueden contener y mejorar la eficiencia de la ventilación pulmonar.**
- **[https://sorecar.net/index\\_htm\\_files/fisioterapia%20respiratoria%20-%20Barcelona%202008.pdf](https://sorecar.net/index_htm_files/fisioterapia%20respiratoria%20-%20Barcelona%202008.pdf)**
- **[https://www.google.com/search?sca\\_esv=599310321&rlz=1C1UEAD\\_esMX1086MX1086&q=fisioterapia+pulmonar&tbm=isch&source=lnms&sa=X&sqi=2&ved=2ahUKEwjycCt3OWDAxXqj2oFHRpEDL0Q0pQJegQIChAB&biw=1536&bih=730&dpr=1.25#imgrc=qkon840HOAs5tM&imgdii=1z6uljvz4BGj-M](https://www.google.com/search?sca_esv=599310321&rlz=1C1UEAD_esMX1086MX1086&q=fisioterapia+pulmonar&tbm=isch&source=lnms&sa=X&sqi=2&ved=2ahUKEwjycCt3OWDAxXqj2oFHRpEDL0Q0pQJegQIChAB&biw=1536&bih=730&dpr=1.25#imgrc=qkon840HOAs5tM&imgdii=1z6uljvz4BGj-M)**