

Importancia de la rehabilitación y la intervención terapéutica:

## El paso hacia una mejor calidad de vida

# ATINENF

M<sup>a</sup> Cristina Ruiz Garrós, Terapeuta Ocupacional.  
Isabel Marta Villagrasa, Trabajadora Social.  
Jesús Marta Moreno, Coordinador ATINENF

**ATINENF** el nuevo Programa de Atención Integral de Enfermería, –que nace desde el Colegio de Enfermería de Zaragoza con el objetivo de promocionar la salud y mejorar la calidad de vida de nuestros colegiados profesionales de enfermería y sus familiares directos– fue presentado en el número anterior de Noticias de Enfermería. El Programa se encuentra actualmente en la fase de estudio de las necesidades de los colegiados ejercientes y no ejercientes, para dar comienzo el próximo mes de octubre.

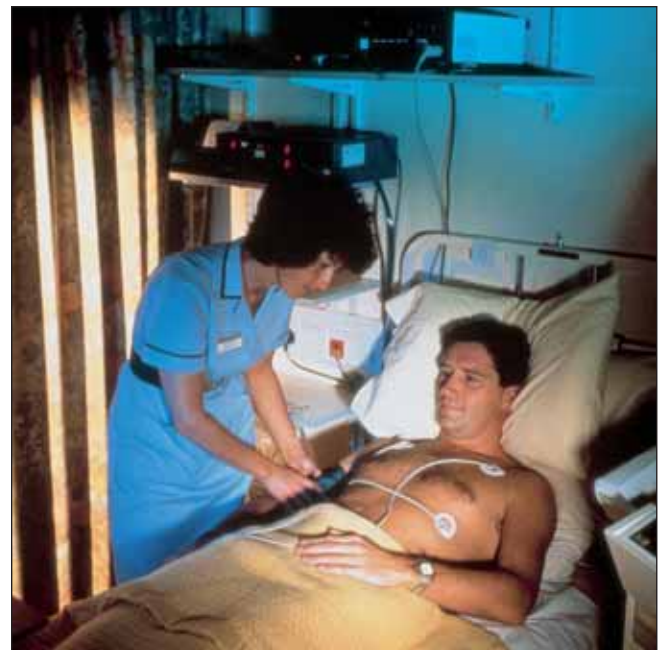
Este Programa consta de dos líneas: una línea sociocultural y una **línea terapéutica**, que es la que os vamos a acercar en este artículo. Está dirigida tanto a niños y adolescentes, como a adultos y a personas mayores.

La **rehabilitación y el asesoramiento terapéutico** se proponen como complemento de las técnicas quirúrgicas y/o farmacológicas contemplando la prevención y la promoción de actividades dirigidas a modificar o potenciar actitudes que conduzcan a formas de vida saludable, reducción de síntomas, estabilización de un proceso, para devolver el mayor grado de capacidad funcional y la rápida reincorporación a la actividad diaria normal.

La rehabilitación constituye un incentivo para las personas después de un tiempo de inactividad para incorporarse a su rutina diaria, conforme recuperan determinadas habilidades se sienten motivados y cada vez más comprometidos a obtener mejores resultados y una mayor independencia.

Según cada caso, la rehabilitación nos ayuda a acelerar la recuperación en una convalecencia, disminuir el dolor, cambiar los hábitos, mantener la movilidad articular, ralentizar la aparición de una discapacidad, reinsertarnos en el trabajo, solucionar los problemas que no permiten la realización de una actividad normal, así como mejorar y conservar las aptitudes funcionales, fisiológicas, psicológicas y psicomotrices. Para las personas con incapacidades físicas puede significar la diferencia entre valerse por sí mismas o depender de otros para sus movimientos.

El Programa ATINENF parte siempre de una perspectiva social, potenciando actividades en grupos grandes o reducidos (según el caso) que favorezcan la comunicación e interacción entre nuestros colegiados y por otra parte, el **tratamiento rehabilitador domiciliario** porque es el contexto real donde la persona se mueve y donde surgen las dificultades reales, el que condiciona lo que la persona hace y cómo lo hace.



Poniendo algunos ejemplos,

- Una persona que se fracture el fémur o la cadera, puede recuperar –con el tratamiento rehabilitador domiciliario– su actividad normal en unas semanas.
- En un niño con déficit de atención se trabaja con él, su familia y la escuela en la adaptación de la tarea y del entorno, en la mejora de la atención sostenida y en la selección de estímulos para aumentar la confianza en sí mismo; un niño con problemas en la escritura se beneficiará también de la adaptación de la tarea y de sesiones de psicomotricidad clínica.
- En enfermedades crónicas, el tratamiento puede ralentizar el empeoramiento.
- En el grupo terapéutico de fibromialgia se trabajarán estrategias de baja intensidad y actividades para la disminución del dolor y la conservación de la energía y de mejora del balance y la fuerza muscular.
- La recuperación significativa de la función es posible inmediatamente después de sufrir daño cerebral o un ictus, y se recupera más con la rehabilitación que sin ella. Estos servicios deben comenzar tan pronto como sea posible después del daño neural.



■ El interés de la rehabilitación en pacientes con osteoporosis radica en el tratamiento y la prevención de complicaciones como fracturas y el riesgo de nuevas caídas, mejora del equilibrio, disminución del dolor y programa de ejercicios que hagan retener y posiblemente ganar en densidad ósea.

■ Una persona con demencia tipo Alzheimer, mediante la estimulación cognitiva y entrenamiento en actividades de la vida diaria conseguirá reducir el número de episodios de desorientación espacio-temporal, menor número de rechazo a los alimentos, manejo de los desórdenes conductuales, aumento en la participación activa en las AVDs, mayor seguridad para moverse en el domicilio.

Y así un largo etc.

### La Línea socioterapéutica de ATINENF incluye:

■ La creación de una **Cartera de servicios sanitario-terapéuticos** de calidad garantizada y con el mejor precio, que incluye la búsqueda de subvenciones y ayudas para los diferentes servicios que se ofrezcan, sí como la obtención de descuentos interesantes para los colegiados en ortopedias, compra de ayudas técnicas, profesionales, instituciones, residencias, ayudas a domicilio, centros y gimnasios que serán supervisados por el personal del Programa.

■ Proporcionar un **servicio de rehabilitación a domicilio** donde la 1ª sesión (de valoración) es gratuita y en la cual se determinarán las necesidades de la persona. La rehabilitación puede estar indicada en casos de:

- Alta hospitalaria: fracturas, etc.
- Problemas del Aprendizaje / Déficit de Atención en el niño.
- Ictus / Traumatismo Craneoencefálico/Esclerosis Múltiple.

- Síndrome de inmovilidad.
- Enfermedad de Parkinson.
- Enfermedades osteoarticulares/neuromusculares: Artritis reumatoide, Osteoporosis.
- Hemiplejia.
- Enfermedad cardiorrespiratoria.
- Demencia senil, etc.

■ **Realizar charlas y conferencias sobre temas de Prevención de la inactividad y la discapacidad** como: dolor crónico, movilizaciones, pacientes respiratorios, pacientes coronarios, técnicas de higiene postural y economía articular en artrosis, etc.

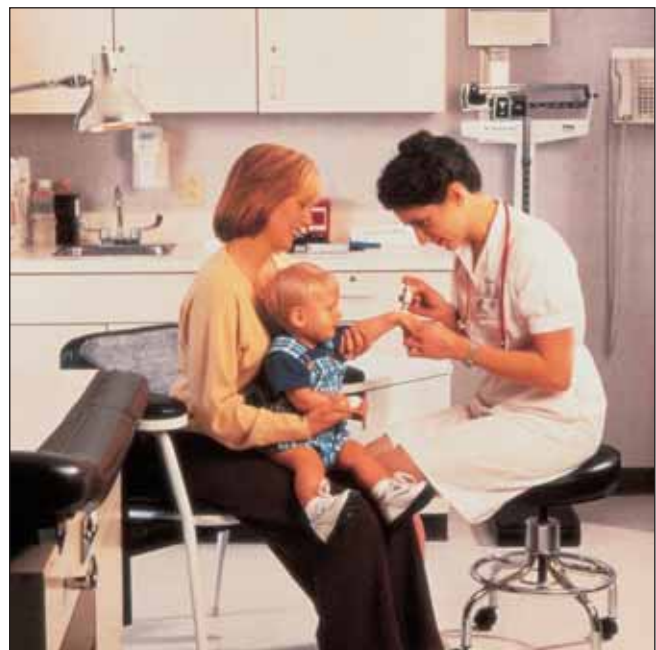
■ **Crear, formar y dar soporte emocional y de respiro a personas que ejerzan de Cuidadores** con algún familiar o persona cercana.

■ **Crear Grupos de Autoayuda** en los que es utilizado el grupo como medio terapéutico, con formación y técnicas de intervención:

- Grupo de Fibromialgia.
- Grupo de Apoyo Emocional en el duelo.
- Grupo de Viudos/as.
- Grupo de Preparación a la Jubilación, etc.

■ **Asesorar sobre adaptaciones en la vivienda y las ayudas técnicas** que se puedan necesitar y cómo usarlas de forma adecuada.

■ Información, asesoramiento y gestión de la **Cartera de Servicios de las Ayudas de la Ley de Dependencia, tramitación de minusvalías, etc.**



Para más información, podéis poneros en contacto con nosotros llamándonos al Colegio de Enfermería (976 356 492) y preguntar por Acción Social y Terapéutica. ■