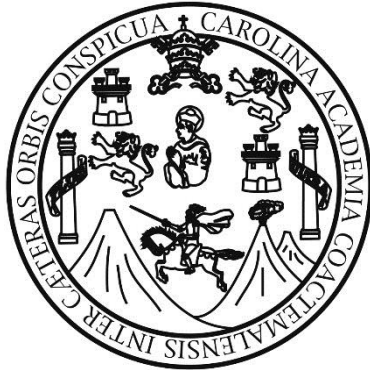


Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social
Escuela de Terapia Física, Ocupacional y Especial
“Dr. Miguel Ángel Aguilera Pérez”
Avalado por la Facultad de Ciencias Médicas
Universidad de San Carlos de Guatemala



Informe final del Ejercicio Técnico Supervisado de Fisioterapia realizado en el Centro de Salud Paraíso II, zona 18, en el período comprendido de enero a julio del 2015.

“Promoción de la fisioterapia y sus beneficios a través de guías educacionales, dirigidas al personal y pacientes que asistieron al Centro de Salud Paraíso II, zona 18”

Informe presentado por

Erwin Andelino Vásquez Godínez

Previo a obtener el título de

Técnico de Fisioterapia

Guatemala, julio 2017



DIRECCIÓN GENERAL DE RECURSOS HUMANOS
DEPARTAMENTO DE FORMACIÓN
Escuela de Terapia Física Ocupacional y Especial
"DR. MIGUEL ANGEL AGUILERA PÉREZ"
Avalada por la Universidad de San Carlos de Guatemala



Guatemala, 5 de julio de 2017

Perito Contador

Erwin Andelino Vásquez Godínez

Escuela de Terapia Física, Ocupacional y Especial

"Dr. Miguel Ángel Aguilera Pérez"

Señor Vásquez:

Atentamente me dirijo a usted, para hacer de su conocimiento que esta Dirección aprueba la impresión del informe titulado **INFORME FINAL DEL EJERCICIO TÉCNICO PROFESIONAL SUPERVISADO DE FISIOTERAPIA, REALIZADO EN EL CENTRO DE SALUD PARAÍSO II, ZONA 18, EN EL PERÍODO COMPRENDIDO DE ENERO A JULIO DEL 2015. "Promoción de la fisioterapia y sus beneficios a través de guías educacionales, dirigidas al personal y pacientes que asistieron al Centro de Salud Paraíso II, zona 18"** realizado por el estudiante **Erwin Andelino Vásquez Godínez** que se identifica con el número de CUI **2375 32271 0101**, carné número **201512672** previo a obtener el título de **Técnico de Fisioterapia**. El trabajo fue asesorado por la Fisioterapeuta **Magnolia Vásquez de Pineda**.

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licenciada Bertha Melanie Girard Luna de Ramírez

Directora



cc. Archivo



DIRECCIÓN GENERAL DE RECURSOS HUMANOS
DEPARTAMENTO DE FORMACIÓN
Escuela de Terapia Física Ocupacional y Especial
"DR. MIGUEL ANGEL AGUILERA PÉREZ"



Guatemala, 4 de julio del 2017.

Licenciada:

Bertha Melanie Girard Luna de Ramírez

Directora.

Escuela de Terapia Física, Ocupacional y Especial

"Dr. Miguel Ángel Aguilera Pérez"

Pte.

Apreciable Licenciada:

Por este medio me permito comunicarle que he tenido a la vista el Informe Final del Ejercicio Técnico Supervisado de Fisioterapia presentado por el alumno: Erwin Adelino Vásquez Godínez, realizado en el Centro de Salud Paraíso II, zona 18, ciudad de Guatemala, en el período comprendido de enero a julio del 2015; con el tema: "Promoción de la fisioterapia y sus beneficios a través de guías educativas, dirigidas al personal y pacientes que asistieron al Centro de Salud Paraíso II, zona 18.

El informe en mención, cuenta con los requisitos para ser aprobado. De la manera más atenta solicito a usted, se proceda con los trámites correspondientes.

Cordialmente:



Magnolia Vásquez de Pineda
Fisioterapista.



DIRECCIÓN GENERAL DE RECURSOS HUMANOS
DEPARTAMENTO DE FORMACIÓN
Escuela de Terapia Física Ocupacional y Especial
“DR. MIGUEL ANGEL AGUILERA PÉREZ”
Avalada por la Universidad de San Carlos de Guatemala



Guatemala, 5 de julio de 2017

CONSTANCIA

Por este medio se hace constar que el el Perito Contador **Erwin Andelino Vásquez Godínez** que se identifica con el número de CUI 2375 32271 0101, carné número 201512672, quien es estudiante de la Carrera de Técnico de Fisioterapia, fue asignado al **CENTRO DE SALUD PARAÍSO II, ZONA 18**, para desarrollar su Ejercicio Técnico Profesional Supervisado en el período comprendido de enero a julio del 2015.

El estudiante Vásquez Godínez, fue supervisado por esta Escuela por la Fisioterapeuta Glenda Surama Ordóñez, quien informó del desempeño del estudiante en el Centro y que cumplió con el tiempo estipulado, llevando en su totalidad los programas de atención, investigación y promoción de la salud.

Se deja Constancia del trabajo desarrollado por el señor Erwin Andelino Vásquez Godínez a través de la presente constancia por carecer de una nota firmada por autoridades de dicho centro, que en su momento fue solicitada y no fue emitida.

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

Licenciada Bertha Melanie Girard Luna de Ramírez

Directora



cc. Archivo

Dedicatorias y Agradecimientos

A Dios

Ser supremo que nunca me ha fallado, otorgándome diariamente sabiduría e inteligencia en todo momento, infinito agradecimiento por permitir culminar mi carrera.

A mis padres

Por darme la vida y por el esfuerzo al brindarme su ayuda moral y económica incondicionalmente.

A mis hijos

Dulce, Melissa y Josué. Por el amor y la paciencia que me tuvieron en dicha carrera.

A mi hermana

Mildred por contar con su apoyo en todo momento

A mis sobrinos

Darlin y Alexander gracias por estar ahí llenándome de alegría y cariño en todo momento.

A mis amigos

Gracias por su apoyo incondicional, por el cariño, aprecio y sobre todo por los momentos inolvidables a lo largo de esta carrera.

A la Escuela

Que me brindaron los conocimientos necesarios para lograr obtener este título a través de los catedráticos, Dra. Indira Ortiz, Licenciada Verónica Figueroa, Licenciada Nidia Castillo, Licenciada Francis Lemus, Licenciada Deniss Cardona, Licenciada Magnolia de Pineda y Licenciada Melanie Girard por su apoyo incondicional en mis momentos difíciles.

Índice

Introducción.....	1
Capítulo I	
Contexto sociocultural	
Diagnóstico poblacional	3
Datos institucionales	7
Enfoque de la investigación.....	10
Objetivos	11
Marco teórico.....	14
Que es fisioterapia	14
Ramas de la fisioterapia.....	15
Fisioterapia como rehabilitación	16
Formas de aplicación de la fisioterapia	17
Beneficios de la fisioterapia.....	18
Charlas dirigidas al personal y pacientes que asistieron al centro de salud	
Capitulo II	
Técnicas e instrumentos	
Población atendida.....	21
Muestra	21
Técnica de la recolección de datos	21
Metodología.....	21
Capitulo III	
Análisis e interpretación de resultados	
Estadística y gráfica por edad	23
Estadística y gráfica por género	23
Estadística y gráfica por diagnósticos consultantes	25
Estadística y gráfica por tratamientos dados.....	26
Estadística y gráfica por modalidad aplicada en el tratamiento.....	27

Estadística y gráfica Pláticas impartidas a personal y pacientes.....	28
Estadística y gráfica Planes educacionales	29
Análisis de planes educacionales para promover la fisioterapia y sus beneficios, dirigida a personal y pacientes que asisten al Centro de Salud Paraíso II, zona 18	30

Capítulo IV

Conclusiones.....	32
Recomendaciones.....	33
Bibliografía	34
Anexos	35
Hoja de asistencia.....	36
Folleto para promover la fisioterapia y sus beneficios.....	37
Hoja de evaluación miembro superior	41
Hojas de evaluación miembro inferior	43
Hoja de evaluación de fuerza muscular de miembro inferior.....	45
Hoja de evaluación de fuerza muscular superior.....	46
Hoja de evaluación de dermatomas (sensibilidad).....	47
Folleto de ejercicio de Williams	48
Folleto de ejercicios faciales.....	53

Introducción

A continuación se presenta el informe final del Ejercicio Técnico Profesional Supervisado ETS, el cual fue realizado en El Centro de Salud Paraíso II, zona 18 Guatemala, en el periodo comprendido de enero a julio del 2015.

La colonia El Paraíso II, está ubicado en el kilómetro 7.5, en la entrada a la colonia San Rafael en la zona 18 de esta Capital.

El Centro de Salud El Paraíso II, zona 18 fue fundado el año 1991 en el gobierno de Jorge Serrano Elías, fue diseñado como un centro de referencia de especialidades. Pero por el golpe de estado conocido como el Serranazo ya no se llevó a cabo, se tomó como un Centro de Salud o Periférica Paraíso II, esta fue una de las tres primeras periféricas que se hicieron en la zona 18.

Se toma la decisión de realizar el ETS, en este centro de salud, con el motivo de dar a conocer la fisioterapia y sus beneficios, tanto al personal como a los pacientes ya que no se cuenta con el servicio de fisioterapia y muchos de los pacientes que asisten al Centro de Salud Paraíso II requieren de dichos servicios.

Durante este período en el Centro de Salud, hubo ciertas dificultades como: no contar con un espacio y equipo para atender a los pacientes que requerían el servicio de fisioterapia, pero a pesar de esto se buscó la manera de hacer equipo y de brindarles a los pacientes un tratamiento de calidad, cubriendo las necesidades que cada uno de ellos presentaba.

Se observó diferentes diagnósticos como: fracturas de tobillo, lumbagos. ACV, parálisis faciales, entre otros; brindando tratamiento fisioterapéutico individualizado así mismo planes educacionales para seguimiento en casa.

Se realizó estadística de la población que asistió al departamento de fisioterapia implementado durante el ETS 2015, divididos por sexo, edad, diagnósticos consultantes tratamientos brindados, modalidades terapéuticas aplicadas y planes educacionales brindados.

Capítulo I

Contexto sociocultural, diagnóstico poblacional

Departamento de Guatemala¹

La primera ciudad de Guatemala fue fundada por don Pedro de Alvarado en 1,525 en Iximché, capital del reino Cakchiquel; la segunda en 1,527 en el Valle de Almolonga; la tercera en el Valle de Panchoy y la cuarta en 1,776 en el Valle de la Virgen, en donde se asienta hoy la ciudad de Guatemala.

La ciudad de Guatemala fue fundada en enero de 1,776 junto a algunos pueblos que eran vecinos de Sacatepéquez. El departamento de Guatemala fue creado por decreto de la Asamblea Constituyente del Estado.

En 1,882 el departamento contaba con 20 municipios, los cuales eran los siguientes: Guatemala, Ciudad Vieja, Guadalupe, Santa Catarina Pínula, Canalitos, San José del Golfo, Palencia, San Antonio La Paz, Chinautla, San José Nacahuil, San Antonio Las Flores, San Pedro Ayampuc, Sanarate, Santa Rosita, Las Vacas, San Juan Sacatepéquez, San Pedro Sacatepéquez, San Raimundo, Mixco y Chuarrancho.

El 4 de noviembre de 1,825, que dividió la República en 7 departamentos y adoptó como centro metropolitano, la urbe conocida como Nueva Guatemala de la Asunción.

Actualmente, Guatemala es uno de los 22 departamentos de la República de Guatemala. Está situado en la región central del país, tiene una extensión territorial de 2,253 kilómetros cuadrados y su población es de aproximadamente 2, 975 ,417 habitantes. Cuenta con 17 municipios y su cabecera departamental es el municipio de Guatemala .

¹ <http://wikiguate.com.gt/guatemala-departamento>

El departamento de Guatemala limita al norte con Baja Verapaz, al este con El Progreso, Jalapa y Santa Rosa, al sur con Escuintla y al oeste, con Sacatepéquez y Chimaltenango.

El idioma que más se habla en el departamento es el español. Su clima habitual es templado y su fiesta titular se celebra el 15 de agosto, en honor a la Virgen de la Asunción.

El departamento de Guatemala por encontrarse en la capital de la República, se han centralizado todos los organismos que conforman los tres poderes del Estado y autoridades religiosas, así como servicios públicos como hospitales, líneas aéreas y terrestres, nacionales e internacionales, bancos, correos y telégrafos, mercados, los cuales son surtidos con productos que vienen del interior de la República, centros militares como la Escuela Politécnica, Brigada “Mariscal Zabala”, Guardia de Honor.

Finca Paraíso II, zona 18

Historia²

El 4 de Agosto de 1,978, da inicio el proyecto para la fundación de la colonia EL PARAISO II zona 18, Ciudad de Guatemala.

En el año de 1,979 se hace entrega de los terrenos y materiales para la construcción de casas a través del banco de la vivienda BANVI, da inicio la construcción de tres tipos de vivienda por ayuda mutua, las cuales y consiste en:

- Lote urbanizado con agua y drenaje.
- Lote sanitario con construcción de baño.
- Lote básico, casa con un cuarto, un baño y una pila.

² <http://wikiguate.com.gt/zona-18-de-la-ciudad-de-guatemala/>

Los miembros de la primera junta directiva hasta el año de 1993, electa en asamblea general por el BANVI son:

- Jorge Rosales.
- Mario Salomón.
- Antonio Castillo.
- Carlos A. Rosales.
- Pedro A. Cifuentes.
- Carlos Horacio García.

El terreno que actualmente ocupa la colonia EL PARAISO II, fue una finca llamada San Rafael la Laguna. El nombre del Paraíso fue elegido por el Director Ejecutivo del BANVI, luego de que convoca a todos los habitantes para la elección del nombre de la nueva colonia fundada.

Geografía

La colonia El Paraíso II, está ubicado en el kilómetro 7.5 en la entrada a la colonia San Rafael en la zona 18 de esta Capital.

Límites: Al Oriente con la colonia Alameda 1 y 3, al Norte con Alameda 2, al Sur Occidental, con la Finca San Rafael y al Occidente con Villas de San Rafael.

Extensión territorial: 3 kilómetros de largo por 1 kilómetro de ancho.

Habitantes en la finca el paraíso 2 zona 18: aproximadamente 21,095 entre los cuales el 98% son ladinos y el 2% son indígenas.

Principales grupos étnicos: ladinos e indígenas.

Clima: el clima es subtropical con una temperatura de 16 y 28 °C

Idioma predominante: El idioma predominante es el castellano y las pocas personas indígenas que habitan en esta comunidad hablan el Cakchiquel, Kekchi, Mam y otros.

Fiestas: celebración de la Semana Santa, celebración de Navidad, Celebración de Año Nuevo, Independencia, Día de la Madre y otros.

Religión: la religión predominante es la católica.

Economía de la finca el paraíso II zona 18:

Dentro de la economía de la finca el paraíso 2, sus actividades comerciales se basaban en:

- Talabarterías.
- Librerías.
- Panaderías.
- Tiendas.
- Carpinterías.
- Farmacias.
- Venta de verdura y comida callejera

Flora y fauna de la finca el paraíso II:

Se da la crianza de animales domésticos y la flora ornamental.

Servicios de salud: la finca del paraíso II, zona 18 cuenta con un dispensario de sanidad pública, clínicas médicas, clínicas dentales y farmacias.

Datos Institucionales³

Historia de Centro de Salud Paraíso II, zona 18

El centro de salud el Paraíso II, zona 18, fue fundado el año 1991 en el gobierno de Jorge Serrano Elías, fue diseñado como un centro de referencia de especialidades pero por el golpe de estado conocido como el serranazo ya no se llevó a cabo y se tomó como un centro de salud o periférica Paraíso II, ésta fue una de las tres primeras periféricas que se hicieron en la zona 18.

Misión

El centro de salud El Paraíso II, zona 18, es una institución pública que presta servicios de salud gratuitos, para beneficios de las personas que lo requieran con una atención de calidad.

Visión

Ser una Institución líder en salud, prestar servicios de salud al usuario que lo solicite, sirviendo con calidad, eficiencia y eficacia, para satisfacer las necesidades de toda la población y así lograr un crecimiento en la institución.

Tipos de atención que brinda la institución⁴

El centro de salud brinda diferentes tipos de atención a la población entre ellos se pueden mencionar: consulta externa, medicina general, pediatría, ginecología, odontología y unidad de urgencia y psicología.

Formas de atención de salud

El Centro de Salud El Paraíso II, cuenta con cinco médicos los cuales se encargan de evaluar y atender a los pacientes que asisten a la unidad médica, con doce enfermeras las cuales se encargan de los cuidados de los pacientes

³ Centro de salud Paraíso II zona 18

⁴ Centro de salud Paraíso II zona 18

que requieren atención primaria, cuenta con un odontólogo quien brinda tratamiento a las personas que asisten a dicho centro, cuenta con un laboratorio donde son realizados varios exámenes, cuenta con una sala para cubrir emergencias, sala de rayos X además de una clínica de planificación familiar.

Barreras de entendimiento entre profesionales de salud y sus pacientes

En el centro de salud se obtuvo buena comunicación con los médicos y enfermeras ya que mostraron interés por conocer más sobre la fisioterapia y los beneficios que tiene para con el adulto mayor. Se acercaron a la clínica de fisioterapia para ver cómo se implementaban las terapias con los pacientes que asistieron a rehabilitación.

En cuanto al idioma, no existieron barreras con el personal. Pero en cuanto a la comunicación con los pacientes que asistieron a la clínica de fisioterapia hubo dificultades ya que se tuvo que implementar un lenguaje acorde a los conocimientos que ellos tenían.

Diferencia entre el diagnóstico moderno y tradicional

El Centro de Salud cuenta con equipo de rayos X, equipo de laboratorio para exámenes de sangre, heces, orina, entre otros, también cuenta con un clínica dental donde los pacientes asisten cuando necesitan del servicio. Debido a que el Centro de Salud no cuenta con equipo sofisticado para un diagnóstico más preciso, son referidos a los Hospitales Nacionales como el San Juan de Dios, Hospital Roosevelt y en algunos casos al IGSS ya que algunos pacientes gozan de ese beneficio.

Utilización de la medicina natural:

Durante el ETS los pacientes que consultaban al área de fisioterapia referían utilizar agua tibia combinada con hierbas como güis, berro, vinagre y sal, al igual que la utilización de bálsamos como mariguanol.

El fisioterapeuta ante el contexto sociocultural de su trabajo

La responsabilidad del fisioterapeuta, es dar a conocer las diferentes técnicas y tratamientos dentro del área de la fisioterapia, implementando planes y guías educacionales para que las personas tengan un concepto claro de la fisioterapia, los beneficios de recibir dicho tratamiento y así obtener una mejor calidad de vida.

Por lo tanto uno de los compromisos fundamentales fue brindar un servicio de calidad a los pacientes que asistieron a la clínica de fisioterapia, utilizando los recursos que el centro de salud brindaba, con el fin de darle un tratamiento de eficacia a cada uno de ellos.

Diagnósticos consultantes en el Centro de Salud Paraíso II, zona 18.

Diagnósticos	Frecuencia
Infecciones respiratorias	250
Diabetes mellitus	150
Deshidratación	100
Síndrome convulsivo	45
Fracturas	190
Gastritis	65
Heridas por arma blanca	87
Infarto al miocardio	25
Infecciones del tracto urinario	30
Otras infecciones	160

Fuente de datos: Centro de Salud Paraíso II, zona 18.

Diagnósticos consultantes en la clínica de fisioterapia implementada durante el ETS 2015.

Diagnóstico	Masculino	Femenino	Total
Lumbago	9	15	24
Parálisis facial	5	10	15
Lesión de manguito rotador	3	6	9
Fractura de húmero	6	9	15

Fractura de tobillo	4	10	14
Fiebre reumática	1	0	1
Condromalacia	1	2	3
Evento cerebrovascular	1	4	5
Total	30	56	86

Fuente de datos: clínica de fisioterapia del Centro de Salud Paraíso II zona 18.

Problemas detectados

- El Centro de Salud no cuenta con área de fisioterapia.
- La dificultad de transporte que algunos de los pacientes tenían para llegar al centro de salud debido a que ellos viven en algunas aldeas retiradas de dicho centro.
- La falta de conocimiento de los pacientes de lo que es fisioterapia y sus beneficios
- Poco conocimiento multidisciplinario de las ramas de fisioterapia.
- Poco conocimiento de las ramas de la fisioterapia y los beneficios que esta tiene.

Enfoque de la investigación

En el Centro de Salud, El Paraíso II, se ve la necesidad de promocionar la fisioterapia y sus beneficios tanto a los pacientes como al personal que labora en dicha institución, tomando en cuenta que muchos de ellos no tienen un concepto claro de la fisioterapia, por lo que se toma la decisión de implementar planes y guías educativas, donde se da a conocer dicho tema y que ellos puedan aprender más y resolver sus dudas para así, tener un conocimiento enriquecedor y aplicar los beneficios obtenidos en sus actividades de la vida diaria.

Objetivos

Objetivo general

Contribuir con la rehabilitación física de los pacientes que solicitan el servicio a través de atención fisioterapéutica basados en la evaluación y diagnóstico que cada uno de ellos presentan, brindando un tratamiento de calidad; así como también dar a conocer la fisioterapia y sus beneficios por medio de planes y guías educativas tanto al personal multidisciplinario como a los pacientes.

Objetivos específicos

- Proporcionar información al personal y pacientes del Centro de Salud, Paraíso II, sobre la importancia de la fisioterapia y sus beneficios.
- Brindar tratamientos fisioterapéuticos a las personas que asisten al Centro de Salud, Paraíso II, para ayudar en la independencia de cada paciente.
- Realizar charlas donde el personal y pacientes puedan resolver sus dudas acerca de la fisioterapia.
- Brindar folletos de planes educativos para que puedan compartir con familiares y amigos sobre lo que es la fisioterapia.
- Demostrar a los pacientes los beneficios que tiene la fisioterapia para una recuperación pronta e incorporación para las actividades de la vida diaria.

Educación para la salud

Se realizaron planes educativos, con la finalidad que el personal y pacientes del centro de salud pudieran conocer lo que es fisioterapia y cuáles son los beneficios que aporta y que ellos pudieran resolver sus dudas para tener un conocimiento más amplio acerca de tema.

A continuación se muestra un cuadro con los temas impartidos en los planes educativos que se brindaron en el Centro de Salud Paraíso II, zona 18.

Planes educativos	Asistencia	Observaciones
Que es la fisioterapia y sus beneficios.	Médicos y enfermeras	La mayoría de personas que asistieron a la charla pensaban que fisioterapia se basaba en gran parte a masajes, dando las charlas ellos aclararon sus dudas, comprendiendo que la fisioterapia tiene diferentes técnicas y beneficios.
Que es la fisioterapia y sus beneficios.	Personal administrativo y de limpieza	Personas que mostraron mucho interés acerca del tema de la fisioterapia ya que ellos no sabían que era y como beneficiaba a las personas que lo necesitaban.
Que es la fisioterapia y sus beneficios.	Pacientes que asistían al Centro de Salud Paraíso II.	Con los pacientes se observó que la mayoría de ellos no sabían que era fisioterapia, ni como se empleaba las diferentes técnicas en los pacientes. Los pacientes que asistieron a las charlas mostraron mucho interés por los temas expuestos.

Cuadro de elaboración propia, de acuerdo a las charlas que se implementaron en el Centro de Salud Paraíso II zona 18.

A continuación se muestra un cuadro con las pláticas de terapia respiratoria que se impartieron en el Centro de Salud Paraíso II zona 18.

Platicas	Asistencia	Observaciones
Que es terapia respiratoria?	Médicos y enfermeras	Personas que se mostraron muy interesadas sobre lo que es terapia respiratoria y como la pueden aplicar a los pacientes que asisten al centro de salud.
Beneficios de terapia respiratoria.	Médicos y enfermeras	Se observa que el personal tiene deseos de aprender sobre los beneficios de la terapia respiratoria y como puede ser útil para ayudar a los pacientes.
Que es terapia respiratoria?	Personal administrativo y paciente que asistieron al centro de salud.	Personas con deseo de aprender y conocer sobre la terapia respiratoria.
Beneficios de terapia respiratoria.	Personal administrativo y paciente que asistieron al centro de salud.	Se observa el interés de las personas por conocer los beneficios del tratamiento de terapia respiratoria.

Cuadro de elaboración propia, de acuerdo a las charlas que se impartieron en el Centro de Salud Paraíso II, zona 18.

MARCO TEÓRICO

Fisioterapia⁵

La fisioterapia es el arte y la ciencia del tratamiento por medio del ejercicio terapéutico, calor, frío, luz, agua, masaje y electricidad.

La palabra Fisioterapia proviene de la unión de las voces griegas: *physis*, que significa naturaleza y *therapeia*, que quiere decir tratamiento. Por tanto, desde un punto de vista etimológico, fisioterapia o *physis-therapeia* significa “Tratamiento por la Naturaleza”, o también “Tratamiento mediante agentes físicos”.

La fisioterapia o terapia física es una profesión libre, independiente y autónoma de las ciencias de la salud dedicada al estudio de la vida, la salud y las enfermedades del ser humano desde el punto de vista del movimiento corporal humano, se caracteriza por buscar el desarrollo adecuado de las funciones que producen los sistemas del cuerpo, donde su buen o mal funcionamiento, repercute en la cinética o movimiento corporal humano.

La fisioterapia interviene cuando el ser humano ha perdido o se encuentra en riesgo de perder o alterar de forma temporal o permanente el adecuado movimiento y con ello las funciones físicas mediante el empleo de técnicas científicamente demostradas. El tratamiento a través de, medios físicos, ejercicio terapéutico, maso terapia y electroterapia. Además, la fisioterapia incluye la ejecución de pruebas eléctricas y manuales para determinar el valor de la afectación y fuerza muscular, pruebas para determinar las capacidades funcionales, la amplitud del movimiento articular y medidas de la capacidad vital, así como ayudas diagnósticas para el control de la evolución.

Esta forma de tratamiento es útil para los pacientes con enfermedades ortopédicas, neurológicas, degenerativas, en el pre y postoperatorio de

⁵ Benton Williams enciclopedia Estados Unidos, 1967

enfermedades, para los que sufren parálisis cerebral, lesiones de nervios periféricos o de la medula espinal, enfermedades cerebrales, amputaciones, accidentes, lesiones deportivas, o para personas que sufran de algún malestar del sistema músculo esquelético, como podría ser un desgarre, esguince o contractura.

Sin embargo, hay que destacar que el instrumento por excelencia del Fisioterapeuta son sus manos y el método científico aplicado tanto en las labores de valoración, como en la elección y ejecución de la técnica más adecuada y en las progresivas evaluaciones que determinarán la evolución y el éxito del tratamiento. Pero la fisioterapia no trata sólo a personas con alguna discapacidad física, también ayuda a los sanos a prevenir muchas enfermedades degenerativas.

Entre sus ramas se puede mencionar⁶

Geriatría: es una de las especialidades más habituales en residencias para la Tercera Edad y como asistencia a domicilio en personas mayores que han perdido en parte su poder de movilidad, tales como: la enfermedad de Parkinson, el Alzheimer, la artritis, las fracturas, osteoporosis, los problemas cardiorrespiratorios, etc.

Neurología: Como consecuencia del daño en el sistema nervioso, pueden presentarse problemas de movimiento y sensibilidad. Los pacientes afectados de Parálisis Cerebral, Parkinson, Esclerosis Lateral Amiotrofia, Guillan-Barré, SIDA, Accidente Cerebro-Vascular, Paraplejía, Ciática, etc., pueden obtener un tratamiento enfocado a la reducción específica del movimiento.

Traumatología y Ortopedia: En caso de esguinces, fracturas, malformaciones de origen postural, heridas o quemaduras.

⁶ <http://fisioterapiamarby.blogspot.com/2010/05/la-fisioterapia-y-sus-ramas-de.html>

Fisioterapia como rehabilitación⁷

La fisioterapia persigue la recuperación física, es decir combate la sintomatología física del problema. Ya sea desde el punto de vista de la recuperación, con posterioridad la lesión, como desde el punto de vista de la prevención, para evitar nuevos problemas. La rehabilitación es un concepto más amplio, que engloba a la fisioterapia, para conseguir la recuperación lo más completamente posible del paciente, física y psicológicamente, de forma que pueda reintegrarse con normalidad en su vida social y laboral.

En un tratamiento de rehabilitación los aspectos del tratamiento psicológico pueden llegar a ser tan importantes como el tratamiento puramente físico. Puede ser necesaria la intervención de psicólogos, de terapeutas ocupacionales en caso de existir alguna disfuncionalidad permanente, de logopedas, asistentes sociales, kinesiólogos, psiquiatras, etc. Incluso los grupos de autoayuda podrían englobarse perfectamente dentro del apelativo, la rehabilitación busca que el paciente alcance el máximo potencial compatible con la deficiencia física que la persona padezca.

Objetivos de la fisioterapia

- Aumentar y mantener la fuerza y la resistencia muscular.
- Aumentar la movilidad de las articulaciones
- Aumentar la coordinación
- Disminuir el dolor
- Disminuir el espasmo y espasticidad muscular
- Disminuir la inflamación
- Favorecer la curación de lesiones de tejidos blandos

⁷ Carlson JE, Ostir GV, Black SA, Markides KS, Rudkin L, Goodwin JS. Disability in Older adults, Behav Med. 1999

- Evitar la formación de contracturas y deformidades
- Disminuir alteraciones de la marcha
- Favorecer la ambulación independiente
- Enseñar a los pacientes y a sus familiares, como realizar en forma correcta los procedimientos de fisioterapia en el hogar del paciente.

Formas de aplicación de la fisioterapia

- Maso terapia: aplicación de distintas modalidades de masaje, como el masaje terapéutico, el drenaje linfático manual terapéutico, el masaje transversal profundo, crio-masaje, masaje deportivo, inducción y liberación miofascial, técnicas manuales neuro-musculares, masaje del tejido conjuntivo, masaje reflejo, masaje del periostio, etc.
- Kinesioterapia, o Terapia por el Movimiento.
- Ejercicios Terapéuticos.
- Movilizaciones articulares, neuro-meníngeas, faciales y viscerales.
- Estiramientos Analíticos en Fisioterapia: Maniobras terapéuticas analíticas en el tratamiento de patologías músculo-esquelética.
- Métodos manuales de reducción del tono postural, sinergias y patrones neuro-motores patológicos en el caso de la Fisioterapia Neurológica.
- Gimnasia.
- Vendaje funcional y Kinesio-Taping.
- Electroterapia: aplicación de corrientes eléctricas.
- Ultrasonoterapia: aplicación de ultrasonidos.
- Hidroterapia: Terapia por el Agua.
- Termoterapia: Terapia por el Calor.
- Mecanoterapia: aplicación de ingenios mecánicos a la Terapia.
- Radiaciones: excepto radiaciones ionizantes.
- Magnetoterapia: Terapia mediante Campos Electromagnéticos.
- Crioterapia: Terapia mediante el Frío.

- Láser-terapia.

Beneficios de la fisioterapia ⁸

- Ayuda a mantener la flexibilidad de los músculos.
- Ayuda de forma preventiva para evitar determinadas patologías en el futuro.
- Repara los efectos de una lesión ya sea a nivel óseo, muscular, articular, lesiones del sistema nervioso central y periférico.
- Ayuda a combatir la depresión y los estados de ánimo negativos en el paciente.
- Alivia diversos tipos de dolores
- Mejora la condición de la piel
- Mejora la calidad de vida del paciente
- Favorece el movimiento de las articulaciones
- Evita el deterioro de los tejidos.
- Ayuda y corrige infinidad de patologías
- Corrige posturas nocivas una recuperación ante lesiones ya producidas, adaptarse a nuevos estilos de vida mediante la rehabilitación y mantener una postura correcta en todo momento.

Prevención: para disminuir el estrés que se acumula en el cuerpo por el ritmo de vida tan acelerado de la actualidad y disminuir dolores y posibles lesiones.

Recuperación: consiste en la reparación de los efectos producidos por una lesión; ya sea de tipo óseo, muscular, articular o del sistema nervioso.

⁸ <http://beyoufisioterapiayosteopatia.es/beneficios-de-la-fisioterapia>

Rehabilitación: la labor del fisioterapeuta también consiste en elaborar una serie de objetivos que se adapte a un estilo de vida más saludable que evite enfermedades o dificultades físicas.

¿Cómo promover la fisioterapia?⁹

Existen varios métodos que ayudan a dar a conocer la fisioterapia entre ellos se pueden mencionar:

- Enseñar y practicar habilidades funcionales del desarrollo, motoras y de movilidad
- Realizar ejercicios terapéuticos de fortalecimiento, resistencia y movilidad de las articulaciones
- Realizar actividades de equilibrio y coordinación
- Apoyo para actividades de recreación, juegos y tiempo libre
- Adaptación de actividades y rutinas de cuidado diario
- Recomendaciones acerca de las actividades del hogar

Campo laboral en fisioterapia

Los fisioterapeutas trabajan en clínicas y hospitales, colegios de educación especial, residencias de ancianos, centros de salud y centros de investigación, en gabinetes de ejercicio libre, centros sanitarios, mutuas de accidentes de trabajo o de tráfico, clubes deportivos, centros de día, balnearios y spa, asociaciones de enfermos, atención domiciliaria, gimnasios tanto en atención primaria como especializada, con una gran capacidad e independencia profesional, al mismo tiempo que constituyen un elemento esencial en los equipos multidisciplinarios en salud.

Función asistencial del fisioterapeuta

Relación que el fisioterapeuta, como profesional sanitario, establece con una sociedad sana pero que requiere un tratamiento con la finalidad de prevenir, curar, y recuperar por medio de la actuación y técnicas propias de la

⁹ https://es.wikipedia.org/wiki/Fisioterapia#Campo_laboral

fisioterapia. El fisioterapeuta deberá establecer una valoración previa y personalizada para cada enfermo, y emitir el diagnóstico fisioterápico, que consistirá en un sistema de evaluación funcional y un sistema de registro e historia clínica de fisioterapia, en función de los cuales planteará unos objetivos terapéuticos, y en consecuencia diseñará un plan terapéutico utilizando para ello los agentes físicos propios y exclusivos de su disciplina. Sin ningún género de dudas, la herramienta principal del fisioterapeuta es la mano, y en consecuencia, la terapia manual.

Que es promoción?¹⁰

La promoción es el conjunto de actividades, técnicas y métodos que se utilizan para lograr objetivos específicos, como informar, persuadir o recordar.

Que son guías educacionales?¹¹

Una guía educacional es un instrumento con orientación técnica para las personas, que incluye toda la información necesaria para el correcto y provechoso desempeño de este dentro de las actividades de aprendizaje independiente. La guía didáctica debe apoyar a las personas a ampliar la información proporcionada de un curso a fin de mejorar el aprovechamiento del tiempo disponible y maximizar el aprendizaje y su aplicación.

¹⁰ <http://www.promonegocios.net/mercadotecnia/promocion-definicion-concepto.html>

¹¹ <http://es.slideshare.net/dianapaisita/guia-didactica-1769311>

Capítulo II

Técnicas e instrumentos

Población atendida

Se brindaron tratamientos de fisioterapia a 86 pacientes del Centro de Salud el Paraíso II, zona 18. Con diversos diagnósticos, los cuales asistían con regularidad a la clínica de fisioterapia, para así lograr un avance satisfactorio en su rehabilitación.

Muestra

Se realizaron charlas proporcionando planes educacionales, para promover la fisioterapia y sus beneficios en el Centro de Salud Paraíso II, a las cuales asistieron 60 personas tanto pacientes como personal de dicha institución.

Técnica de recolección de datos

1 Hojas de asistencia, las cuales contiene nombre, días de tratamiento y diagnósticos.

2 Hojas de evolución las cuales constan de una evaluación de amplitud articular, fuerza muscular.

3 Hojas de historia y datos generales del paciente que constan: nombre del paciente, dirección, edad, sexo, diagnóstico.

4 Hoja de asistencia a las pláticas educacionales, es una lista de asistencia simple para cada una de las pláticas.

Metodología

En el Centro de Salud El Paraíso II, zona 18 se brindó atención fisioterapéutica de lunes a viernes, en el horario de 8:00 am a 14:00 pm, atendiendo en total a 86 pacientes que asistían a la clínica de fisioterapia regularmente.

Debido a que el Centro de Salud no contaba con una clínica y equipo de fisioterapia, fue complicado brindarles tratamientos a los pacientes que requerían del servicio, luego de unos días fue habilitada una clínica la cual se equipó con una camilla dada por la institución, una pelota de Bobath, vibrador, empaques y estímulo eléctrico proporcionados por estudiante etesista con los cuales se brindaron tratamientos individualizados y específicos a cada paciente.

A cada uno de los pacientes que asistió a la clínica de fisioterapia se les llevó un control mediante, hojas de evolución inicial según el resultado de las mismas, se brindaron tratamientos mediante diferentes técnicas dependiendo el diagnóstico del paciente.

Se dieron charlas dentro del centro invitando a participar al personal y pacientes que asistían al mismo con el objetivo que ellos conocieran todo acerca de la rama de fisioterapia, complementando las charlas con material escrito y resolviendo dudas que las personas presentaban.

Procesamiento de datos

Los datos que se recolectaron en las hojas de evolución y estadística se presentan en los cuadros y gráficas según el número de casos atendidos en la clínica de fisioterapia, tomando en cuenta edad, sexo, diagnóstico y duración del tratamiento, tratamientos brindados, modalidades terapéuticas aplicadas, planes educacionales brindados.

Capítulo III

Análisis e interpretación de resultados

En el siguiente capítulo se dan a conocer los resultados del trabajo realizado en el Centro de Salud Paraíso II, zona 18.

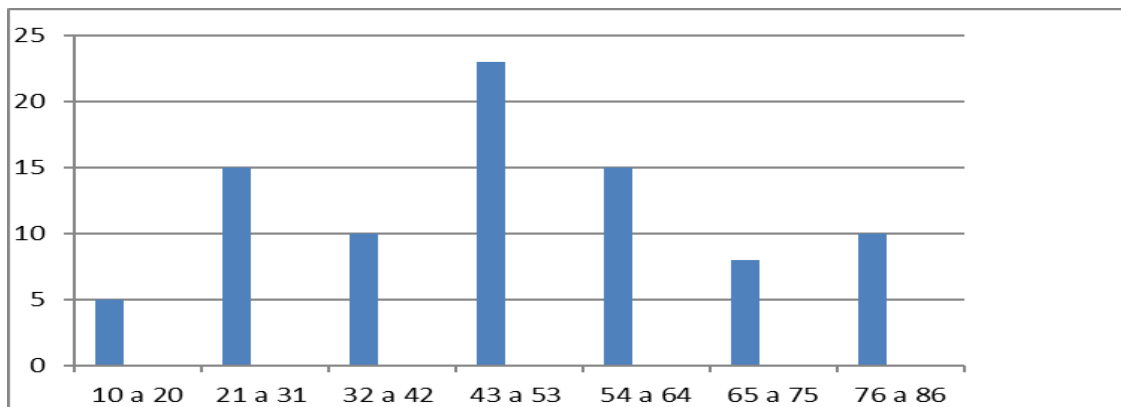
Cuadro No.1

Edad

Edades	Número de pacientes	Porcentaje
10-20	5	5.86%
21 a 31	15	17.44%
32 a 42	10	11.62%
43 a 53	23	26.74%
54 a 64	15	17.44%
65 a 75	8	9.3%
76 a 86	10	11.62%
Total	86	100%

Fuente de datos: clínica de fisioterapia del 5 de enero al 10 de julio 2015.

Gráfica No.1 Análisis e interpretación de resultados



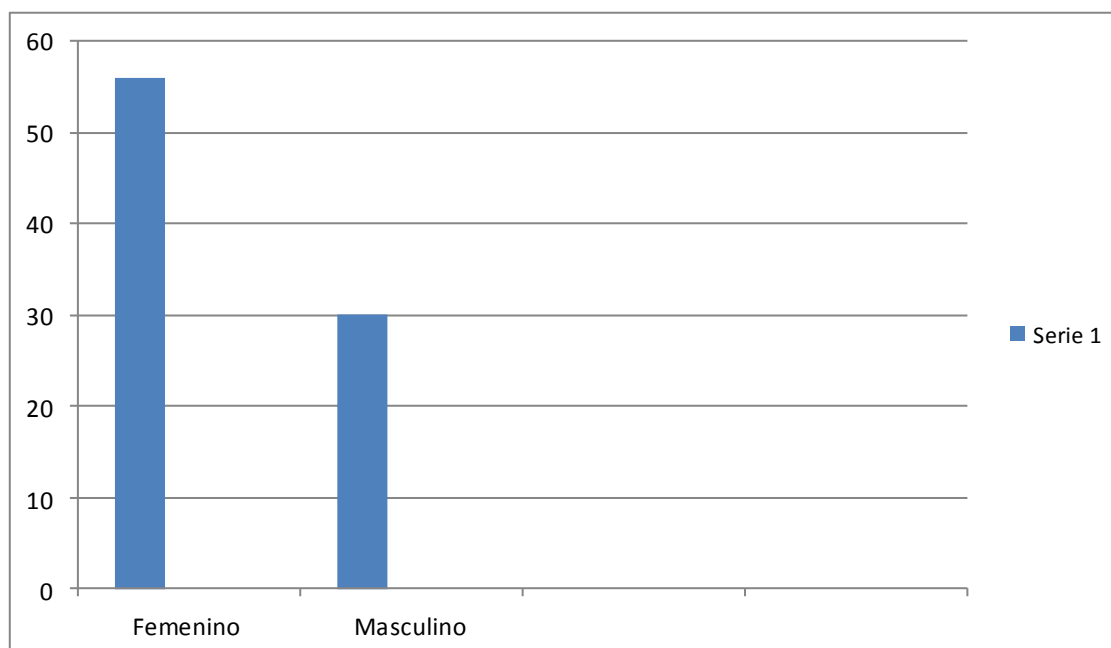
Análisis: los porcentajes de las gráficas demuestran que las edades comprendidas entre 43 a 53 fue la población más atendida con el 26.74%, seguido de un 17.44% en las edades 21 a 31 y de 54 a 64 años. En las edades de 10 a 20 años se presenta un porcentaje del 5.86%, siendo la población que menos se atendió en la clínica de fisioterapia, los meses de enero a julio 2015.

Cuadro No.2
Género

Sexo	Total	Porcentaje
Femenino	56	65.11%
Masculino	30	34.88%
Total	86	100%

Fuente de datos: clínica de fisioterapia del 5 de enero al 10 de julio 2015

Gráfica No. 2 Género



Análisis: la gráfica demuestra que la mayor incidencia de población atendida es el género femenino con un 65.11% y el género masculino con un 34.88% en la clínica de fisioterapia en los meses de enero a julio de 2015.

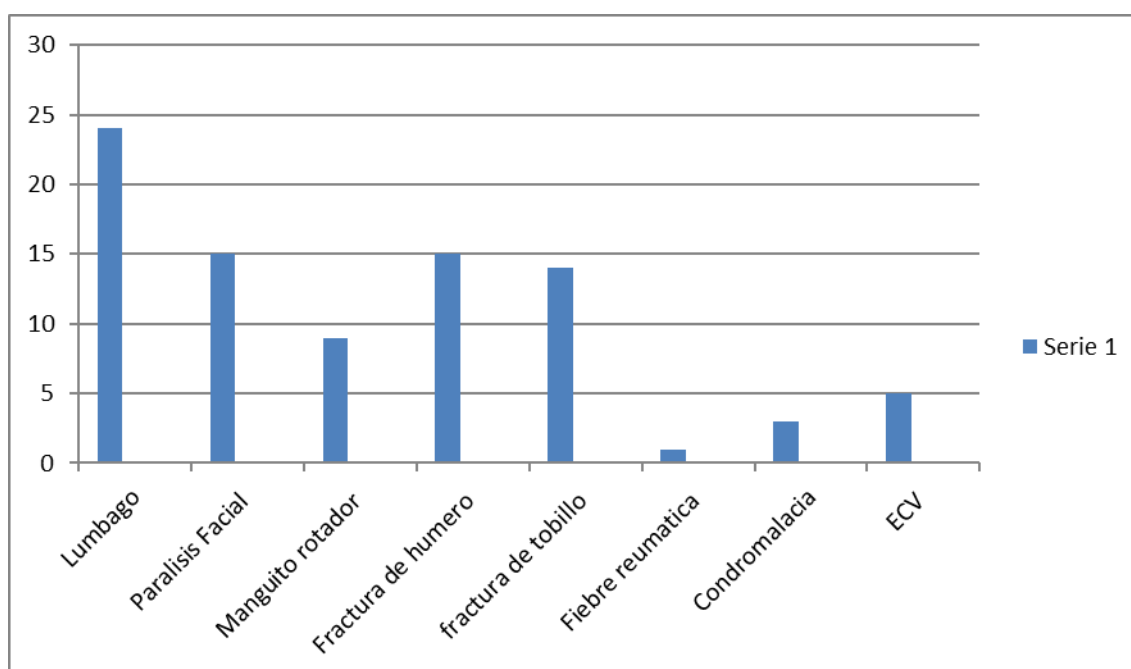
Cuadro No.3

Diagnósticos más consultados en la clínica de fisioterapia.

Diagnóstico	Total	Porcentaje
Lumbago	24	27.90%
Parálisis Facial	15	17.44%
Manguito rotador	9	10.46%
Fractura de húmero	15	17.44%
Fractura de tobillo	14	16.28%
Fiebre reumática	1	1.16%
Condromalacia	3	3.48%
ECV	5	5.82%
Total	86	100%

Fuente de datos: clínica de fisioterapia del 5 de enero al 10 de julio 2015

Gráfica No. 3 Diagnósticos



Análisis: la gráfica demuestra que al diagnóstico que más atención se le brindó fue a lumbago con un 27.90% dentro de la clínica de fisioterapia en los meses de enero a Julio de 2015.

Cuadro No.4

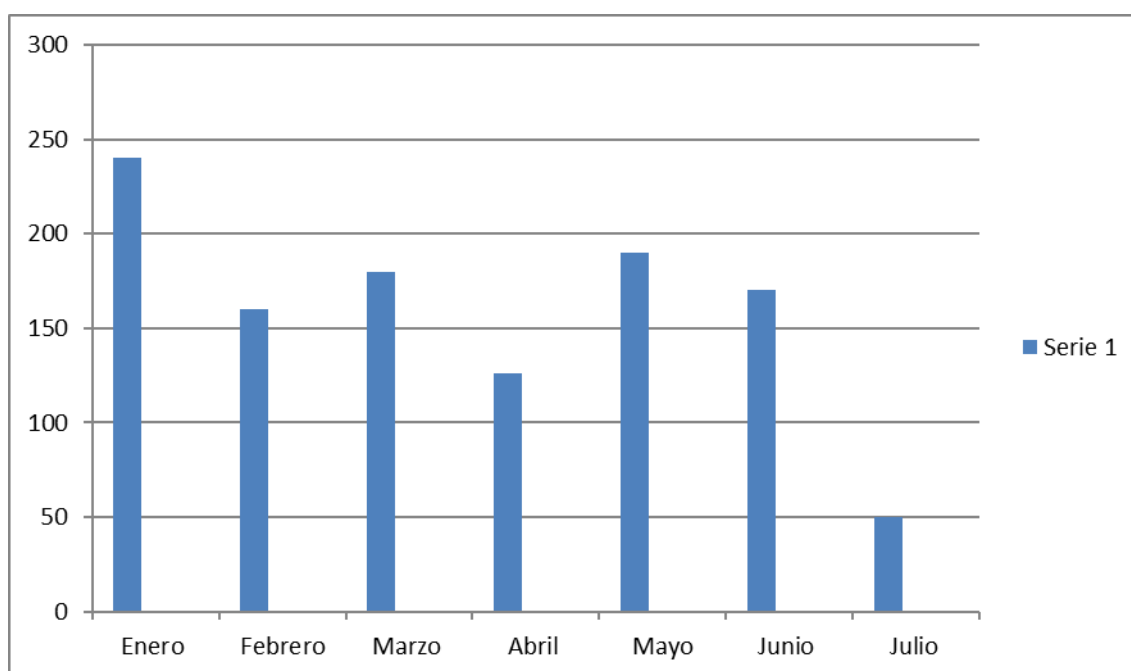
Tratamientos brindados en la clínica de fisioterapia

Centro de Salud Paraíso II, zona 18

Mes	Total	Porcentaje
Enero	240	21.50%
Febrero	160	14.34%
Marzo	180	16.12%
Abril	126	11.30%
Mayo	190	17.02%
Junio	170	15.23%
Julio	50	4.48%
Total	1,116	100%

Fuente de datos: clínica de fisioterapia del 5 de enero al 10 de Julio 2015

Gráfica No. 4 Tratamiento



Análisis: los porcentajes de las gráficas demuestran que enero es el mes que mas tratamientos se brindaron con un 21.50%, la práctica del Ejercicio Técnico Supervisado concluyó el 10 de julio por lo tanto fue el mes que menos tratamientos se brindaron en la clínica de fisioterapia.

Cuadro No.5

Modalidad aplicada en el tratamiento

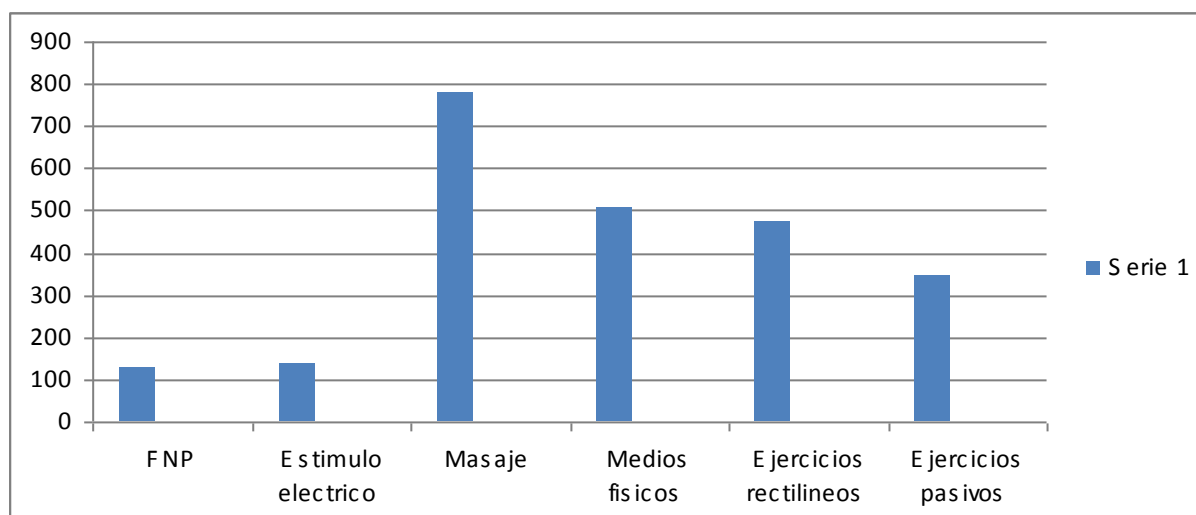
Centro de Salud Paraíso II, zona 18"

Tratamiento	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Total	%
FNP*	30	20	24	14	16	16	10	130	5.4
Estimulo eléctrico	25	28	26	19	15	17	8	138	5.82
Masaje	180	110	130	85	135	100	40	780	32.84
Medios físicos	100	89	80	78	67	70	25	509	21.44
Ejercicios rectilíneos	90	66	84	59	80	75	20	474	19.96
Ejercicios pasivos	75	59	55	45	48	50	12	344	14.48
Total	500	372	399	300	361	328	115	2,375	100

Fuente de datos: clínica de fisioterapia del 5 de enero al 10 de Julio 2015.

*facilitación neuromuscular propioceptiva.

Gráfica No.5 Modalidad de Tratamiento



Análisis: los porcentajes de la gráfica demuestran que la modalidad más aplicada dentro del tratamiento en la clínica de fisioterapia fue masaje con 32.84% que de acuerdo a los diagnósticos presentados tiene efecto sobre las variantes de dolor y relajación de las zonas afectadas.

Cuadro No.6

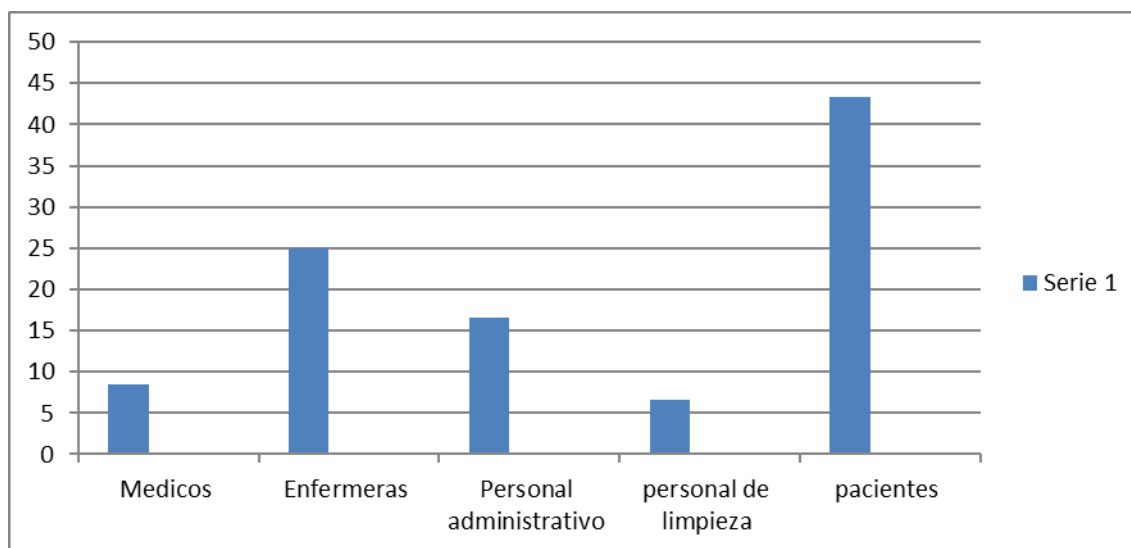
Pláticas impartidas a personal y pacientes.

Centro de Salud Paraíso II, zona 18

Personas	Total	Porcentaje
Médicos	5	8.4%
Enfermeras	15	25%
Personal administrativo	10	16.6%
Personal de limpieza	4	6.6%
Pacientes	26	43.4%
Total	60	100%

Fuente de datos: clínica de fisioterapia del 5 de enero al 10 de julio 2015.

Gráfica No. 6 Platicas impartidas



Análisis: los porcentajes de las gráficas demuestran que el mayor número de las personas que asistieron a las pláticas fueron los pacientes con un 43.4%, seguido por el personal de enfermería con un 25%.

Cuadro No.7

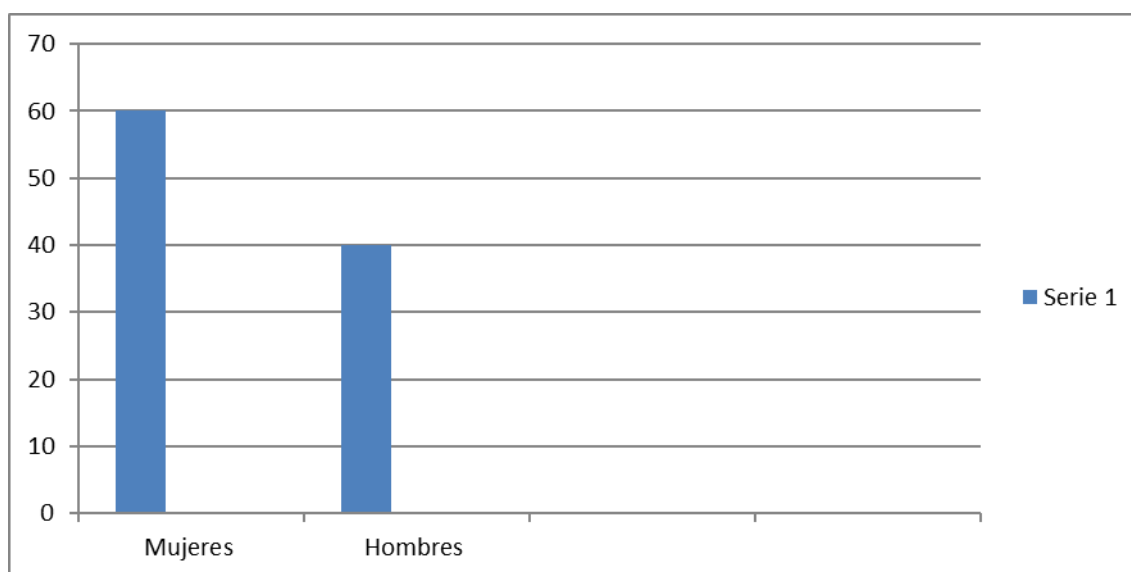
Planes educacionales.

Centro de Salud Paraíso II, zona 18

Planes educacionales	Total	Porcentaje
Mujeres	30	60%
Hombres	20	40%
Total	50	100

Fuente de datos: clínica de fisioterapia del 5 de enero al 10 de julio 2015.

Gráfica No. 7 Planes educacionales



Análisis: el porcentaje de las gráficas demuestra que se brindaron más planes educacionales a las mujeres con un 60% dentro de la clínica de fisioterapia.

Análisis de planes educativos para promover la fisioterapia y sus beneficios, dirigida a personal y pacientes que asisten al Centro de Salud Paraíso II, zona 18.

Dentro del Centro de Salud Paraíso II, se identificó que gran parte del personal y pacientes que acuden a dicho centro, no cuenta con la información necesaria sobre qué es la fisioterapia y los beneficios que tiene, tomando la decisión de implementar charlas para que ellos puedan conocer más acerca del tema.

Se desarrollo el programa educacional dirigido a Médicos, enfermeras personas que esperaban consulta, informando de la labor de un fisioterapista y como ellos podían beneficiarse de la estancia del etesista en el centro; de esa manera se resolvieron dudas a todos los que participaron de la misma, mostraron mucho interés por los temas tratados ya que referían que muchos de los puntos expuestos no los tenían claros.

Seguidamente los profesionales de la medicina hicieron referencias a la clínica de fisioterapia, comenzando a tener afluencia de pacientes. Se dividieron a las personas en diferentes grupos y días para poder llevar acabo la atención y planes educativos, las personas tenían un concepto mas claro y un conocimiento mas amplio acerca del tema y como ellos pueden tener una mejor recuperación para incorporarse a sus actividades de la vida diaria.

Dentro de las charlas realizadas se notaba que muchos de los pacientes tenían dificultad para entender algunas palabras debido a su bajo nivel de escolaridad, por lo cual se tuvo que aplicar palabras más sencillas para una mayor comprensión.

Durante las charlas se mostró el agradecimiento de las personas de poder brindarles dicha información, ya que ellos la pueden compartir con los miembros de su familia y amigos; para que los pacientes puedan contribuir con su rehabilitación y obtener una mejor calidad de vida.

Debido a las consultas frecuentes sobre problemas respiratorios detectados en las estadísticas que presenta el centro, se planificó platicas de terapia

respiratoria, se observó que el personal que asistió mostró mucho interés por conocer sobre el tema expuesto y cuales son sus beneficios y como pueden aplicar la técnica para una mejor evolución. Igualmente los médicos del centro de salud, hicieron la observación que las enfermeras de dicha institución desconocían de la terapia respiratoria y como ellas podían ayudar a los pacientes que asistían al centro con problemas respiratorios.

El objetivo de dar a conocer terapia respiratoria era que las enfermeras pudieran aplicar las técnicas de drenaje postural antes de colocar una nebulización, para que el paciente aprovechara al máximo su tratamiento.

Se logró que enfermería realizara las técnicas adecuadas de drenaje postural combinada con la nebulización obteniendo mejores resultados en los tratamientos en las infecciones respiratorias.

Conclusiones

- Se brindó atención fisioterapéutica a los pacientes que asistieron a la Clínica de fisioterapia del Centro de Salud Paraíso II, beneficiando a 86 pacientes brindándoles un tratamiento individualizado y de calidad para su rehabilitación.
- De los pacientes atendidos en la clínica de fisioterapia el género femenino fue el de mayor afluencia con un 65.11% y el de menor afluencia el género masculino con un 34.88%.
- Se observa que el rango de edades que más atención fisioterapéutica se le brindó fue entre las edades de 43 a 53 años con un 26.74% y las edades de 10 a 20 fue el que tuvo un porcentaje menor de atención con un 5.86%.
- En el mes de Julio hubo poca atención fisioterapéutica con 4.48% debido a que en ese mes finalizaba el ETS, quedando suspendido el servicio de fisioterapia que se brindaba en el Centro de Salud Paraíso II, zona 18.
- Se llevaron a cabo charlas donde se dio a conocer la fisioterapia y sus beneficios, impartidas al personal y pacientes que asistían al Centro de Salud Paraíso II, donde las personas que asistieron a dichas charlas mostraron su interés y deseo por aprender más sobre el tema.
- Para apoyar las charlas que se impartieron con el personal y pacientes del Centro de Salud Paraíso II, zona 18, se dieron folletos sobre la fisioterapia y sus beneficios.
- A las pláticas de terapia respiratoria asistieron 34 personas entre ellas, enfermeras, médicos, personal administrativo del centro de salud y 26 pacientes que asistían regularmente al Centro de Salud Paraíso II, zona 18.
- De acuerdo a la cantidad de pacientes atendidos y a los objetivos propuestos se puede concluir la importancia que tiende dar a conocer la fisioterapia y sus beneficios para que los pacientes puedan contribuir con su rehabilitación y obtener una mejor calidad de vida.

Recomendaciones

- Que el centro de salud pueda brindarles a los pacientes el servicio de fisioterapia ya que muchos de ellos necesitan de un seguimiento en su rehabilitación.
- Que el personal del centro de salud pueda informarse cada vez un poco más sobre la fisioterapia y sus beneficios ya que es de gran ayuda para las personas que acuden al Centro de Salud Paraíso II, zona 18.
- Que la Escuela Nacional de Terapia Física Ocupacional y Especial “Dr. Miguel Ángel Aguilera Pérez” continúe colaborando con el Centro de Salud, Paraíso II zona 18, con el programa del ETS, ya que es de gran beneficio para los pacientes que requieren del servicio de fisioterapia.

Bibliografías

- Benton Williams enciclopedia Estados Unidos, 1967
- Berenbaum F. New horizons and perspectives in the treatment of osteoarthritis. Arthritis Res Ther. 2008 10 Suppl 2:S1. Epub 2008 Oct 17. Review.
- Carlson JE, Ostir GV, Black SA, Markides KS, Rudkin L, Goodwin JS. Disability in Older adults, Behav Med. 1999
- Centro de salud Paraíso 2 zona 18

Egrafías

- <http://www.afinsyfacro.es/fisioterapiayrehabilitacion>
- <http://beyoufisioterapiayosteopatia.es/beneficios-de-la-fisioterapia>
- <http://fisioterapiamarby.blogspot.com/2010/05/la-fisioterapia-y-sus-ramas-de.html>
- <http://wikiguate.com.gt/guatemala-departamento/>
- <http://wikiguate.com.gt/zona-18-de-la-ciudad-de-guatemala/>
- https://es.wikipedia.org/wiki/Fisioterapia#Campo_laboral
- <http://www.promonegocios.net/mercadotecnia/promocion-definicion-concepto.html>
- <http://es.slideshare.net/dianapaisita/guia-didactica-1769311>

ANEXOS

Control de asistencia de centro de salud paraíso 2

Nombre del paciente	6	7	8	9	10	13	14	15	16	17	20	21
Diagnósticos												

Observaciones

La fisioterapia y sus beneficios



Estudiante: Erwin Vásquez

¿Qué es fisioterapia?

La fisioterapia es el arte y la ciencia del tratamiento por medio del ejercicio terapéutico, calor, frío, luz, agua, masaje y electricidad.



Entre sus ramas se puede mencionar

Geriatría: es una de las especialidades más habituales en residencias para la tercera edad entre las enfermedades que se pueden mencionar están: la enfermedad de Parkinson, el Alzheimer, la artritis, las fracturas, osteoporosis, los problemas cardiorrespiratorios, etc.

Neurología: Como consecuencia del daño en el sistema nervioso, los pacientes afectados de Parálisis Cerebral, Parkinson, Esclerosis Lateral Amiotrofia, Guillan-Barré, SIDA, Accidente Cerebro-Vascular, Paraplejía, Ciática, etc.

Traumatología y Ortopedia: En caso de esguinces, fracturas, malformaciones de origen postural, heridas o quemaduras.

Fisioterapia como rehabilitación

La fisioterapia persigue la recuperación física, es decir combate la sintomatología física del problema. Ya sea desde el punto de vista de la recuperación, con posterioridad la lesión, como desde el punto de vista de la prevención.



Formas de aplicación de la fisioterapia

- Hidroterapia: Terapia por el Agua.



- Termoterapia: Terapia por el Calor.



- Crioterapia: Terapia mediante el Frío.



- Masaje Terapéutico



Beneficios de la fisioterapia

- Ayuda a mantener la flexibilidad de los músculos
- Ayuda de forma preventiva para evitar determinadas patologías en el futuro
- Repara los efectos de una lesión ya sea a nivel óseo, muscular, articular, lesiones del sistema nervioso central y periférico
- Ayuda a combatir la depresión y los estados de ánimo negativos en el paciente
- Alivia diversos tipos de dolores
- Mejora la condición de la piel
- Mejora la calidad de vida del paciente
- Favorece el movimiento de las articulaciones
- Evita el deterioro de los tejidos.
- Ayuda y corrige infinidad de patologías
- Corrige posturas nocivas



Nombre: _____

Edad: _____

Expediente: _____

Diagnostico: _____

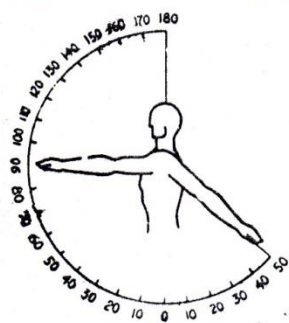
Fecha: _____

IZQUIERDO

AMPLITUD ARTICULAR
(Movilidad Pasiva)

DERECHO

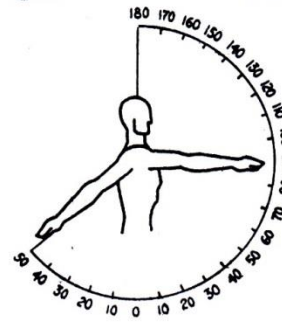
FLEX. EXT.



HOMBROS

Flexión 0 - 90
 Flex. y Rot. omóplato 90 - 180
 Extensión " " 180 - 90
 Extensión 90 - 50

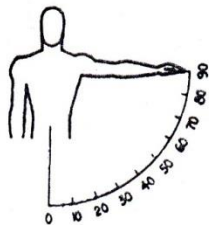
EXT. FLEX.



LIMITACIONES

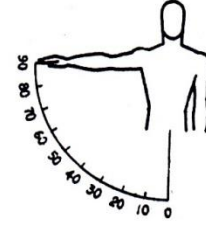
Izquierdo		Derecho	
Flex.	Ext.	Flex.	Ext.
1			
2			
3			
4			
5			
6			

ADD. ABD.



Abducción 0 - 90
 Abd. y Rot. omóplato 90 - 180
 Adducción 90 - 0
 Add. y Rot. omóplato 180 - 90

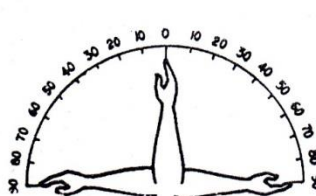
ABD. ADD.



LIMITACIONES

Izquierdo		Derecho	
Abd.	Add.	Abd.	Add.
1			
2			
3			
4			
5			
6			

ROT. INT. ROT. EXT.

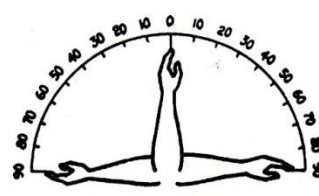


ROTACION

Codo flexionado a 90 grados

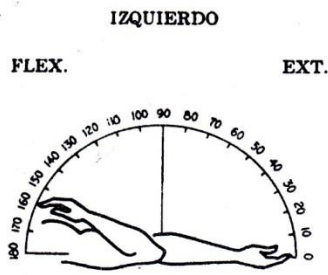
Rotación Externa 0 - 90
 Rotación Interna 0 - 90

ROT. EXT. ROT. INT.



LIMITACIONES

Izquierdo		Derecho	
Interna	Externa	Interna	Externa
1			
2			
3			
4			
5			
6			

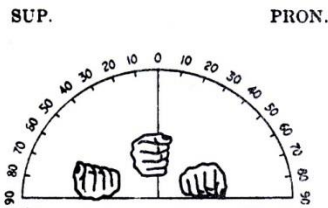
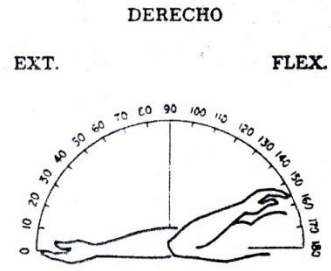


CODOS

Flexión 0 - 145 - 160
 Extensión 160 - 145 - 0

LIMITACIONES

Izquierdo		Derecho	
Flex.	Ext.	Flex.	Ext.
1			
2			
3			
4			
5			
6			

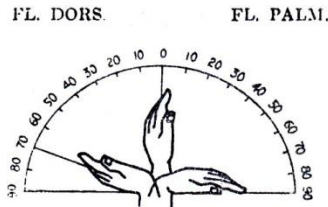
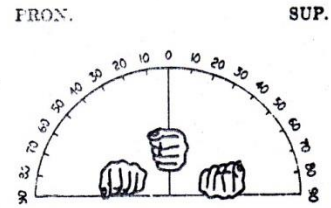


RADIO-CUBITAL

Pronación 0 - 90
 Supinación 0 - 90

LIMITACIONES

Izquierdo		Derecho	
Sup.	Pron.	Sup.	Pron.
1			
2			
3			
4			
5			
6			

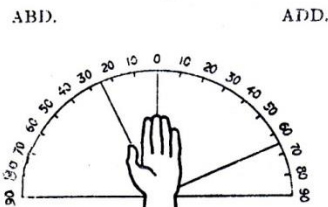
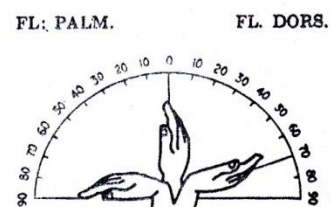


MUÑECA

Flexión Dorsal 0 - 70
 Flexión Palmar 0 - 90

LIMITACIONES

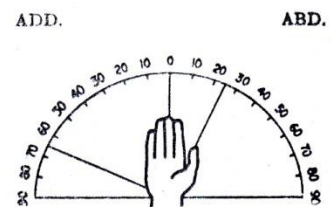
Izquierda		Derecha	
Dors.	Palm.	Dors.	Palm.
1			
2			
3			
4			
5			
6			



Abducción 0 - 25
 Adducción 0 - 55 - 65

LIMITACIONES

Izquierda		Derecha	
Rad.	Cub.	Rad.	Cub.
1			
2			
3			
4			
5			
6			



EXAMINO:

1er. Chequeo: _____ Fecha: _____
 2o. " : _____ " : _____
 3er. " : _____ " : _____
 4o. " : _____ " : _____

Nombre: _____

Edad: _____

Expediente: - _____

Diagnostico: _____

Fecha: _____

AMPLITUD ARTICULAR
(MOVILIDAD PASIVA)

IZQUIERDO

CADERAS

DERECHO

Flexión (Rodilla Recta) 0 - 85
Extensión 85 - 0

LIMITACIONES

	Izquierdo		Derecho	
	Flex.	Ext.	Flex.	Ext.
1				
2				
3				
4				
5				
6				

Flexión (Rod. Flexionada) 0 - 130
Extensión 130 - 0

LIMITACIONES

	Izquierdo		Derecho	
	Flex.	Ext.	Flex.	Ext.
1				
2				
3				
4				
5				
6				

Extensión 0 - 20
Extensión (y Col. Lumb.) 0 - 45

LIMITACIONES

	Izquierdo		Derecho	
	Ext.	E.C.L.	Ext.	E.C.L.
1				
2				
3				
4				
5				
6				

Abducción 0 - 45
Adducción 45 - 0

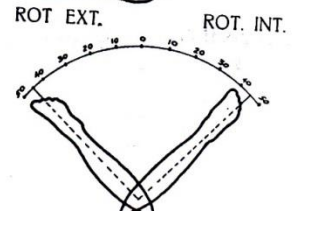
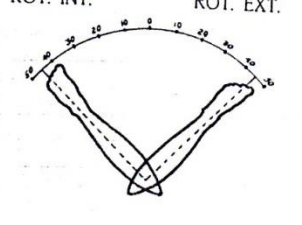
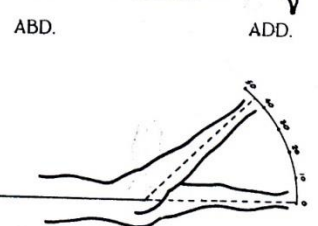
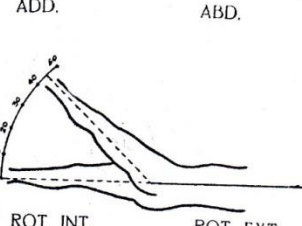
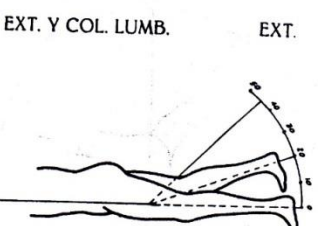
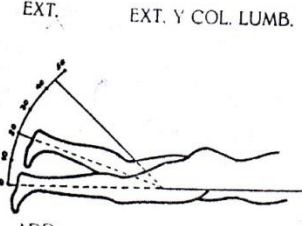
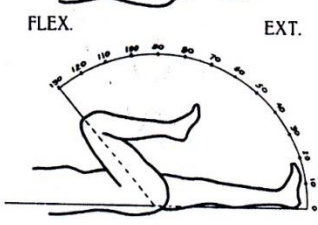
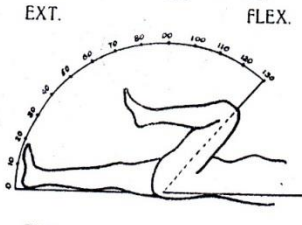
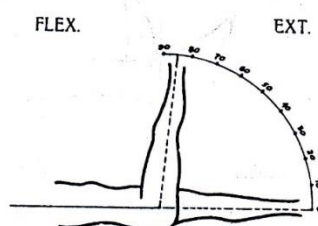
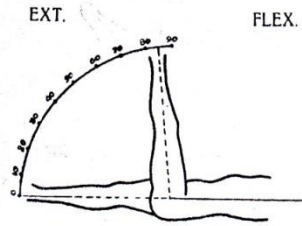
LIMITACIONES

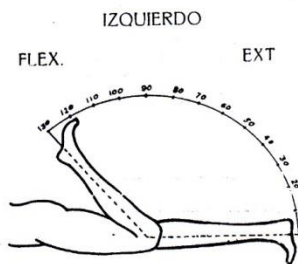
	Izquierdo		Derecho	
	Abd.	Add.	Abd.	Add.
1				
2				
3				
4				
5				
6				

Rotación Externa 0 - 45
Rotación Interna 0 - 45

LIMITACIONES

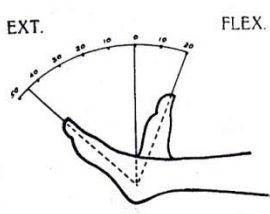
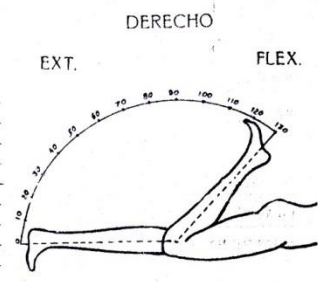
	Izquierdo		Derecho	
	Interna	Externa	Interna	Externa
1				
2				
3				
4				
5				
6				





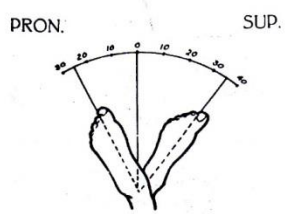
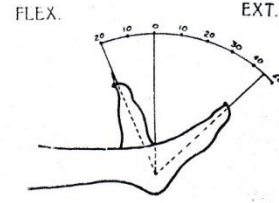
R O D I L L A
(POSICION PRONA)
Flexión 0 - 120 - 130
Extensión 130 - 120 - 0
LIMITACIONES

	Izquierdo		Derecho	
	Flex.	Ext.	Flex.	Ext.
1				
2				
3				
4				
5				
6				



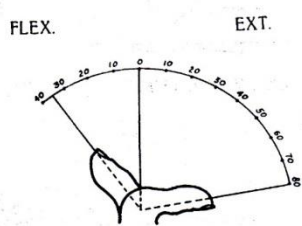
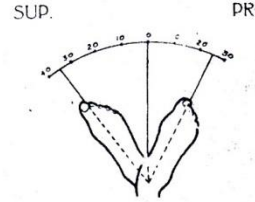
Flexión 0 - 20
Extensión 0 - 45
LIMITACIONES

	Izquierdo		Derecho	
	Flex.	Ext.	Flex.	Ext.
1				
2				
3				
4				
5				
6				



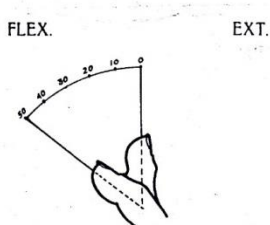
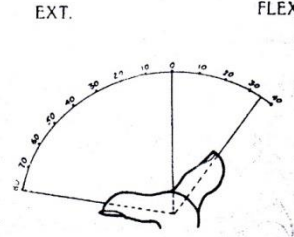
Pronación 0 - 25
Supinación 0 - 45
LIMITACIONES

	Izquierdo		Derecho	
	Sup.	Pron.	Sup.	Pron.
1				
2				
3				
4				
5				
6				



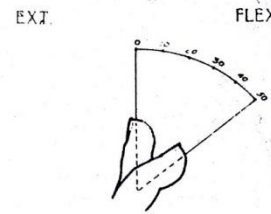
A R T E J O S
ARTICULACION PROXIMAL
Flexión 0 - 25 - 35
Extensión 0 - 80 -
LIMITACIONES

	Izquierdo		Derecho	
	Flex.	Ext.	Flex.	Ext.
1				
2				
3				
4				
5				
6				



ARTICULACION MEDIA Y DISTAL
Flexión 0 - 50
Extensión 50 - 0
LIMITACIONES

	Izquierdo		Derecho	
	Flex.	Ext.	Flex.	Ext.
1				
2				
3				
4				
5				
6				



EXAMINADO: 1er. Chequeo: _____ Fecha: _____
 2o. " : _____ " : _____
 3er. " : _____ " : _____
 4o. " : _____ " : _____
 5o. " : _____ " : _____

No. Exp. _____

Nombre del Paciente: _____ Edad: _____

Dianóstico: _____

MIEMBRO INFERIOR

	MUSCULAR					ELECTRICO			
	1	2	3			F	G	F	G
CUELLO				Flexión	Ext. Cleido Martoid.				
				Extensión	Trapezio				
TRONCO				Flexión	Recto Ant. Abdomen				
					Pectoral Mayor				
					Serrato Anterior				
					Piramidal				
				Extensión Tórax	Supraespinoso				
					Infraespinoso				
				Ext. Lumbar	Romboides				
				Rotación	Dorsal Ancho				
CADERA					Oblicuo Mayor				
					Oblicuo Menor				
				Elevación Pélvis	Cuad. de los Lomos				
					(Nervio Femoral)				
				Flexión	Psoas Mayor				
					Psoas Ilíaco				
				Extensión	Glúteo Mayor				
					2 Semi (Tend. Memb.)				
RODILLA				Abducción	Bíceps Crural				
				Adducción	Glúteo Medio				
					Aductor Mayor				
					Aductores Medio y Menor				
					Pectínico				
				Rotación Externa	Glúteo Menor				
				Tensor de la Fascialata	Sartorio				
TOBILLO				Flexión	(Nervio Ciático)				
					Semis y Bíceps				
					Rectoanterior				
				Extensión	Crural				
PIE					Vasto externo				
					Vasto interno (Fem.)				
					(Nervio Tibial)				
ARTEJOS				Flexión plantar	Gastrocnemo Ext.				
				Flexión plantar S.	Soleo				
DEDO GRANDE					Gastrocnemo Int.				
				Inversión	Tibial Anterior				
				Inversión	Tibial posterior				
				Eversión	Peroneo Lat. Largo				
ARTEJOS				Eversión	Peroneo Lat. Corto				
					Nervio Tibial				
				Flexión Metatar	Lumbricales				
				Flexión Interf. P.	Flexor corto plantar				
				Flexión Interf. D.	Flexor largo común				
				Extensión	Extensor común				
DEDO GRANDE				Abductores	Interóseos				
				Adductores	Flexor corto				
				Flexión	Extensor corto y largo				
			Extensión	Flexor Largo					
			Flexión Interf.						

1ro. Chequeo Ft. _____

Fecha: _____

2o. Chequeo Ft. _____

Fecha: _____

DIAGNOSTICO:

MIEMBRO SUPERIOR			ELECTRICO				INERVACION						
MUSCULAR				F	G	F	G						
	1o.	2o.	3o.										
Omóplato			Abduc. Rot Sup	Serrato Mayor					C5	C6	C7		
			Elevacion	Trapezio Sup					C3	C4			
				Angular					C3	C4			
			ADUCCION	Trapezio Med.					Espinal	C3	C4		
				Romboides					C5				
			DEPRESION Y ADUC	Trapezio F. M.					Espinal	C3	C4		
			ADUC. Y ROT. INF.	Romboides					C5				
			FLEXION	Deltoides F. Ant.					C5	C6			
				Coracobraquial					Músculo Cutáneo				
			EXTENSION	Dorsal Ancho					C6	C7	C8		
Hombro			ABDUCCION	Redondo May					Subes cap. Inf.				
				Deltoides F. M.					Circunflejo				
				Supraespinoso					Cupraescapul				
			ABDUCCION HORIZ	Deltoides F. P.					C5	C6			
			ADUCCION HORIZ	Pectoral May.					C5	C6	C7	C8	D 1
			ROTACION EXT	Infraespinoso					Supraescapular				
				Redondo Menor					Circunflejo				
			ROTACION INT	Subescapular					Subescapular				
				Pectoral Mayor					C5	C6	C7	C8	D 1
				Dorsal Ancho					C6	C7	C8		
Codo				Redondo Mayor					Subescapular Inf.				
			FLEXION	Biceps Brañq					Músculo Cutáneo				
				Brachial Ant.					Músculo Cutáneo				
			EXTENSION	Triceps Braquial					C7	C8			
				N. Cubital Alto									
				N. Radial Alto									
			SUPINACION	Biceps Braquial					Músculo Cutáneo				
				Supinador Corto					Ra.				
			PRONACION	Pronador Redondo					Mediano				
				Pronador Cuad.					Mediano				
Ante-Brazo			FLEX DESV RAD	Palmar Mayor					Mediano				
				Palmar Menor					Mediano				
			FLEX DESV CUB	Cubital Anterior					Cubital				
			EXT DESV RAD	1er. Radial Ext.					Radial				
				2o. Radial Ext.					Radial				
			EXT DESV CUB	Cubital Post.					Radial				
				N. Cubital Bajo									
				N. Mediano Bajo									
			FLEX. METACARPOF	Lumbricales Int.					Cubital				
				Lumbricales Ext.					Mediano				
Muñeca				Interóseos Dors.					Cubital				
				Interóseos Palm.					Cubital				
			FLEX. INTER PROX	Flex. Comun Superf.					Mediano				
			DISTAL	Flex. Comun. Prof.					Cubit. y Med.				
			EXT. METACARPOF	Extensor Comun					Radial				
				Ext. Prop. Indice					Radial				
				Ext. Prop. Meñique					Radial				
			ABDUCCION	Interóseos Dorsal					Cubital				
			ADUCCION	Abduc. Meñique					Cubital				
			OPOSICION	Interóseos Palm.					Cubital				
Dedos				Oponente Meñique					Cubital				
			FLEX. METACARPF	Flexor Corto					Med. y Cub				
			EXT. METACARPF	Ext. Corto					Radial				
			FLEX. INTERF	Flex. Largo					Mediano				
			EXT. INTERF	Ext. Largo					Radial				
			ABDUCCION	Abductor Largo					Radial				
				Abductor Corto					Mediano				
			ADUCCION	Aductor					Cubital				
			OPOSICION	Oponente					Mediano				

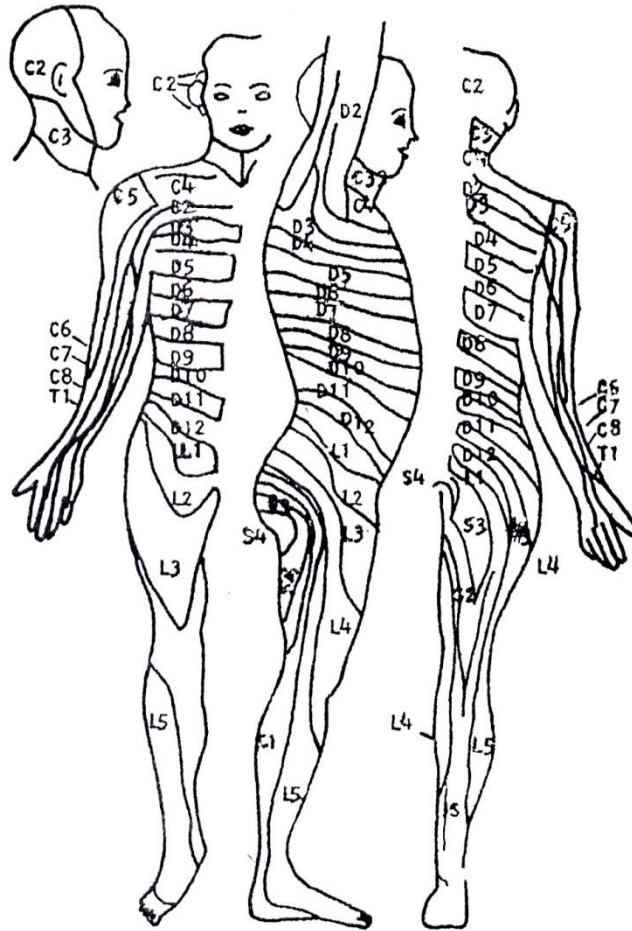
Ft.

Fecha:

Ft.

Nombre: _____ No. Afiliación: _____

Edad: _____ años, No. Expediente: _____ Diagnóstico: _____



OBSERVACIONES: _____

1er. Chequeo Ft. _____ Fecha: _____

2do. Chequeo Ft. _____ Fecha: _____

3er. Chequeo Ft. _____ Fecha: _____

Nota: Píntese azul las zonas normales y con rojo las que presentan trastornos de la sensibilidad.

EJERCICIOS DE WILLIAMS

TABLA I

1. Acostado boca arriba con rodillas flexionadas y manos sobre el abdomen.
a) Inspirar profundamente con el diafragma elevando el abdomen.
b) Expirar lentamente hundiendo el abdomen.



2. Posición inicial igual que anterior.
a) Inspirar profundamente llevando la barbilla al pecho.
b) Expirar lentamente regresando a la posición inicial.



3. Acostado boca arriba con rodillas flexionadas y brazos a los lados, junto al cuerpo.
a) Inspirar profundamente elevando los brazos arriba de la cabeza.
b) Expirar lentamente y regresar a posición inicial.



4. Acostado boca arriba con rodillas extendidas (con almohada pequeña o toalla enrollada debajo), brazos a los lados del cuerpo.
a) Contracciones isométricas de cuádriceps (contar hasta cinco).
b) Relajar (contar hasta seis).

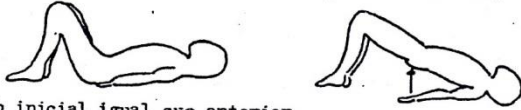


5. Posición inicial igual que anterior.
a) Contracciones isométricas de glúteos (contar hasta cinco).
b) Relajar (contar hasta seis).

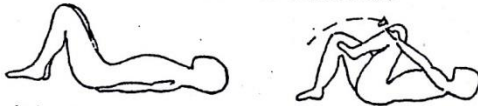


EJERCICIOS DE WILLIAMS
TABLA II

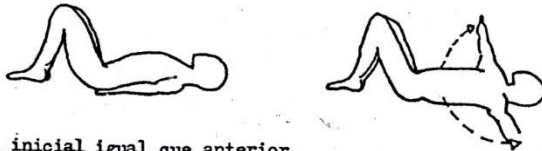
1. Acostado boca arriba, rodillas flexionadas y brazos a los lados, junto al cuerpo.
a) Inspirar profundamente, levantar las caderas para formar un arco con la espalda.
b) Expirar lentamente regresando a la posición inicial.



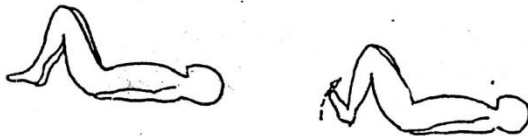
2. Posición inicial igual que anterior.
a) Llevar una rodilla flexionada hacia el pecho, ayudándose con las manos.
b) Regresar a la posición inicial.
c) Repetir con la rodilla del lado contrario.



3. Posición inicial igual que anterior.
a) Inspirar profundamente, abrir los brazos hacia los lados (codos rectos) formando un ángulo de 90 grados.
b) Expirar, regresando lentamente los brazos a la posición inicial.



4. Posición inicial igual que anterior.
a) Movimientos libres de dorsiflexión de un pie.
b) Descansar.
c) Repetir con el pie del lado contrario.



EJERCICIOS DE WILLIAMS
TABLA III

Acostado boca arriba, rodillas flexionadas, brazos a los lados, junto al cuerpo.

- Inspirar profundamente, levantar cabeza y hombros tratando de sentarse.
- Expirar regresando a la posición original.



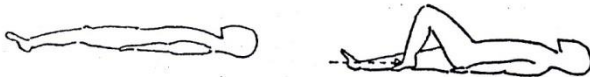
Acostado boca arriba, rodillas flexionadas y brazos en ángulo de 90.

- Inspirar profundamente juntando las manos.
- Expirar regresando los brazos a la posición inicial.



Acostado boca arriba, rodillas extendidas y brazos a los lados junto al cuerpo.

- Flexionar una rodilla, rescalando el pie sobre la cama.
- Extender la rodilla en la misma forma a la posición inicial.
- Repetir con la rodilla del lado contrario.



Posición inicial igual que anterior.

- Movimientos libres y suaves de tobillos y dedos de ambos pies.



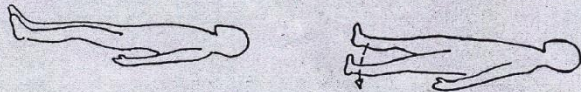
Posición inicial igual que anterior.

- Inspirar profundamente, juntar las manos y tratar de sentarse.
- Expirar lentamente regresando a la posición inicial.

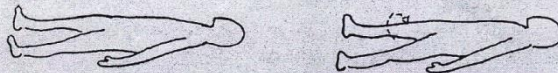


EJERCICIOS DE WILLIAMS
TABLA IV

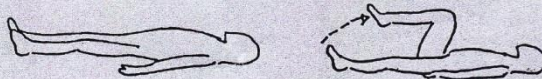
1. Acostado boca arriba, rodillas extendidas, brazos a los lados junto al cuerpo.
a) Sin doblar la rodilla, separar la pierna.
b) Regresar la pierna a la posición original.
c) Repetir con la pierna del lado contrario.



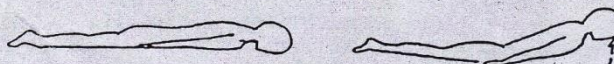
2. Posición inicial igual que la anterior.
a) Efectuar rotación interna y externa con una pierna.
b) Efectuar rotación interna y externa con la otra pierna.
c) Efectuar rotación interna y externa con las dos piernas.



3. Posición inicial igual que anterior.
a) Flexionar la rodilla según tolerancia (sin apoyo).
b) Regresar a la posición inicial.
c) Repetir con la pierna del lado contrario.



4. Acostado boca abajo, brazos a los lados junto al cuerpo.
a) Inspirar profundamente llevando cabeza arriba y atrás.
b) Expirar lentamente regresando a la posición inicial.

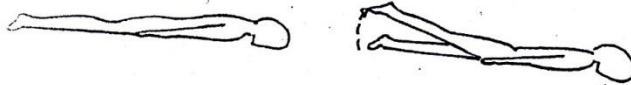


5. Posición inicial igual que anterior.
a) Sin flexionar rodilla, extender la cadera según tolerancia.
b) Regresar a la posición inicial.
c) Repetir con el lado contrario.

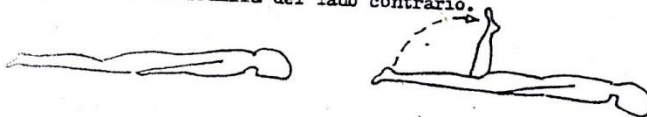


EJERCICIOS DE WILLIAMS
TABLA V

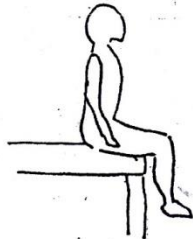
1. Acostado boca abajo, brazos a los lados junto al cuerpo.
a) Sin doblar rodilla, elevar todo el miembro inferior. Libre.
b) Regresar a la posición inicial.



2. Posición inicial igual que anterior.
a) Flexionar la rodilla. Ejercicio libre.
b) Regresar a la posición inicial.
c) Repetir con la rodilla del lado contrario.



3. Acostado en la orilla de la cama; o acostado con las piernas colgando.
a) Ejercicios libres de rodilla, tobillo y pie.
b) Repetir con rodilla, tobillo y pie del lado contrario.



PARALISIS FACIAL

Es una lesión que afecta el NERVIO FACIAL, en cualquier parte de su trayecto; puede ser ocasionado por procesos inflamatorios, infecciones en el oído medio, por cambios bruscos de temperatura, por stress y en muchos casos la causa es desconocida.

Se observan los músculos de la cara del lado de la lesión lisos, sin movimiento, sin expresión, que mejora en la mayoría de los casos.

INSTRUCCIONES GENERALES

1. Sientese frente a un espejo para realizar sus ejercicios.
2. Repita 10 veces cada ejercicio, no más, por 3 ó 4 sesiones al día.
3. Los ejercicios deben realizarse suavemente.
4. Si no existe ningún tipo de movimiento, ayúdese con sus manos, de manera que forme las arrugas de la expresión igual al lado sano.
5. Si ya existe cierto movimiento, debe dejar trabajar solo el músculo para que responda de una mejor manera.



Fig. 1 ELEVE LAS CEJAS FORMANDO ARRUGAS HORIZONTALES EN LA FRENTE. EXPRESION DE SORPRESA



Fig. 2 LLEVE LAS CEJAS HACIA ADENTRO, FORMANDO ARRUGAS VERTICALES. EXPRESION DE ENOJO.

2



Fig. 3 CIERRE LOS OJOS, APRETANDOLOS CON FUERZA



Fig. 4 LLEVE LA NARIZ HACIA ARRIBA, FORMANDO ARRUGAS DIAGONALES, COMO UNA EXPRESION DE OLER ALGO MALO

3



Fig. 5 FRUNZA LOS LABIOS



Fig. 6 JUNTE LOS LABIOS Y
COMPRIMA LAS MEJILLAS

4



Fig. 7 LLEVE LAS COMISURAS LABIALES HACIA
ARRIBA Y AFUERA, MOVIMIENTO DE SONRISA,
ENSEÑANDO LOS DIENTES DE ARRIBA



Fig. 8 APRIETE CON FUERZA LOS DIENTES
ENSEÑÁNDOLOS

5



Fig. 9 JUNTE LOS LABIOS Y LLEVE LA COMISURA LABIAL HACIA ARRIBA Y AFUERA, SIN ENSEÑAR LOS DIENTES, RISA DE BURLA



Fig. 10 LLEVE EL LABIO SUPERIOR HACIA ADELANTE, ENSEÑANDO LOS DIENTES DE ARRIBA

6



Fig. 11 LLEVE EL LABIO INFERIOR HACIA ADELANTE, COMO PUCHERO



Fig. 12 LLEVE LA QUIJADA INFERIOR HACIA AFUERA Y ADELANTE

7



Fig. 13 LLEVE LAS COMISURAS LABIALES HACIA ABAJO, SIN ENSEÑAR LOS DIENTES



Fig. 14 LLEVE LA QUIJADA HACIA ABAJO

8