

# Salud a tu alcance



Vol.8 No.2 - 2021

Salud

BOLETÍN  
INFORMATIVO



**Beatriz Eugenia Ramírez**  
**Ana María Pinza Ortega**  
Docentes del Programa de Fisioterapia  
Universidad Mariana

**Deicy Viviana Altamirano Getial**  
**María Alejandra Benavides Santacruz**  
**Vanessa Milena Bernal Latorre**  
**María José Checa Yépez Estudiante;**  
**Juliana María Delgado Reina**  
**Angie Camila Estrada Cabrera**  
**Jully Milena Martínez Palma**  
**María Camila Muñoz Narváez**  
**Hernán Darío Lara León;**  
**Juan Alexander López jurado**  
**Eliana Alejandra Ortega Yacelga**  
**Verónica Liseth Paladines Saldaña**  
**Yuleny Lucero Portilla Matacea**  
**Edgar Santiago Quitiaquez Montenegro**  
**Manuel Alejandro Trejos Vela**  
Estudiantes del Programa de Fisioterapia  
Universidad Mariana

El nuevo coronavirus (covid-19) ha sido catalogado por la Organización Mundial de la Salud como una emergencia en salud pública de importancia internacional. Se han identificado casos en todos los continentes, y el 6 de marzo se confirmó el primer caso en Colombia. (Ministerio de Salud y Protección Social, 2021, párr. 2)

De acuerdo con el Instituto Departamental de Salud de Nariño (2020), en el mes de noviembre de 2020, en el departamento de Nariño se totalizó 23.277 casos positivos para covid-19.

Por lo anterior, el Programa de Fisioterapia, específicamente las Prácticas Intervención Respiratoria al Adulto y UCI han dispuesto la elaboración de un proyecto de Promoción y Prevención de la salud por medio de teleconsulta, con el fin de contribuir al cuidado de las diversas patologías cardiopulmonares que puedan presentarse, a nivel comunal, causadas por la actual pandemia (covid-19). De esta manera, se contribuye en la construcción de oportunidades para las personas, familias y comunidades, a través de entornos y estilos de vida saludable.

**Figura 1**

*Docentes a cargo de las prácticas Intervención Respiratoria al Adulto y UCI*



Fuente: Registro de una actividad.  
Archivo de las docentes.

En correspondencia, a las personas que resultaron positivas para covid-19, se brindó una adecuada rehabilitación cardiopulmonar para la recuperación, mantenimiento y mejora de su condición de salud. Así las cosas, se realizó terapias enfocadas al mejoramiento de la capacidad pulmonar y acondicionamiento físico del paciente, incluyendo ejercicios para la reducción del patrón respiratorio, reexpansión pulmonar, fortalecimiento de músculos diafragmáticos y ejercicios que mejoran la capacidad aeróbica. Además, se realizó una educación constante sobre los cuidados de la enfermedad covid-19 a paciente y familiares, así como también pautas y recomendaciones para evitar una posible reinfección.

La promoción de la salud y la prevención de la enfermedad son todas aquellas acciones, procedimientos e intervenciones integrales, orientadas a que la población, como individuos y como familias, mejoren sus condiciones para vivir y disfrutar de una vida saludable y para mantenerse sanos.

El propósito de los programas de Promoción y Prevención es ofrecer servicios integrales que potencialicen la salud de los usuarios y sus familias, y promuevan en ellos una vida sana, feliz, placentera y productiva. (Universidad de Nariño, 2021, párr. 1)

Por esta razón, las Prácticas Formativas Intervención Respiratoria al Adulto y UCI vieron la necesidad de implementar un proyecto de Promoción y Prevención para generar, en los pacientes con diagnóstico positivo de covid-19 y sus familias, estrategias que mejoren la condición actual y ayuden a prevenir la propagación de este virus.

En tal sentido, se vinculó a los estudiantes de último año del Programa de Fisioterapia a la asistencia por teleconsulta, mediante un proyecto denominado “Salud a tu Alcance”, el cual se divulgó por redes sociales, con el fin de llegar a aquellas personas que estaban pasando por dicha situación. Una vez se hizo el acople entre estudiantes y pacientes, se realizó consultas y terapias por telerehabilitación.

**Figura 2**

*Evidencia publicidad de teleconsulta*



Fuente: Registro de una actividad. Archivo de las docentes.

Independientemente de que la virtualidad tiene ventajas y desventajas, se logró una buena acogida por parte de pacientes y estudiantes para llevar a cabo el proyecto de la manera más adecuada. Para este proceso, se desarrolló una evaluación inicial para establecer la condición de los pacientes, y dependiendo del resultado de dicha evaluación desarrollar la rehabilitación acorde a sus necesidades, además se tuvo en cuenta el consentimiento informado. En cada sesión de terapia se realizó un enfoque para capacidad pulmonar y otro para acondicionamiento físico, con el fin de generar en el paciente una rehabilitación integral.

Si bien, somos conscientes que la teleconsulta no reemplazará jamás la rehabilitación presencial, sí se pudo evidenciar mejorías en los usuarios que constantemente asistían a sus terapias, en conjunto con Terapia Ocupacional, Enfermería, Psicología y demás grupos interdisciplinarios. Por lo tanto, se pudo comprobar que una atención basada en el cuidado no presencial sí puede funcionar y, a la vez, se puede generar un servicio de alta calidad, que promueva el autocuidado de la salud desde casa, y así proteger a los pacientes y también a los profesionales de la salud.

### Figura 3

*Desarrollo de una de las actividades*



Fuente: Registro de una actividad. Archivo de las docentes.

Este tipo de rehabilitación, basada en la virtualidad, potencializó en el estudiante habilidades y destrezas que lo llevo al desarrollo de una

terapia que traspaso la barrera de la virtualidad, cumpliendo las expectativas de cada paciente y estudiante.

En situaciones donde se declara una pandemia, los sentimientos de ansiedad e incertidumbre pueden abrumar a las personas, y los sistemas de salud pueden tener dificultades para hacer frente a una demanda exponencial y fuera de control. Sin una planificación adecuada y medidas de mitigación, los servicios de salud pueden estar expuestos al riesgo de colapso causado por una sobrecarga de consultas que podrían ser atendidas por medios virtuales. Las instalaciones de salud pueden verse abrumadas y tener una capacidad insuficiente para proporcionar un tratamiento adecuado a quienes más lo necesitan. Las teles consultas son una forma segura y efectiva de evaluar diferentes casos y guiar el diagnóstico y el tratamiento del paciente, minimizando el riesgo de transmisión de la enfermedad. Estas teles consultas permiten que muchos de los servicios clínicos clave continúen operando regularmente y sin interrupciones, brindando bienestar al paciente. (Organización Panamericana de la Salud, 2020, p. 1).

Desde el Programa de Fisioterapia se realizó acompañamiento a usuarios, para lo cual se creó un espacio denominado “Salud a tu Alcance”, cuyo propósito fue mejorar la calidad de vida de las personas desde el área cardiopulmonar. Está enfocado en personas que por múltiples motivos (riesgo de contagio de covid-19, secuelas de covid-19 o diferentes enfermedades cardiopulmonares) no pueden salir de sus casas a una atención presencial. Igualmente, se empleó múltiples estrategias para que los usuarios se sintieran cómodos y seguros, brindar acompañamiento en cada una de las terapias y cumplir con los objetivos para cada uno de los pacientes.

## Referencias

- Instituto Departamental de Salud de Nariño. (2020, 11 de noviembre). Informativo No. 222 coronavirus covid-19 en Nariño. <http://www.idsn.gov.co/index.php/covid19/5984-informativo-no-222-coronavirus-covid-19-en-narino>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2021). Coronavirus (covid-19). [https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/PET/Paginas/Covid-19\\_copia.aspx](https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/PET/Paginas/Covid-19_copia.aspx)
- Organización Panamericana de la Salud. (2020). Teleconsulta durante una pandemia (Hoja informativa No. 1). <https://iris.paho.org/handle/10665.2/52007>
- Universidad de Nariño. (2021). Promoción y prevención. <https://www.udenar.edu.co/project/promocion-y-prevencion/>