

# Terapia espejo en pacientes con lupus eritematoso sistémico

**Nibia Dayana Mera Ortiz**

Estudiante del Programa de Terapia Ocupacional  
Universidad Mariana

**Ginna Marcela Ardila Villarreal**

Profesora del Programa de Terapia Ocupacional  
Universidad Mariana

En el mes de febrero de 2024 en la Universidad Mariana, una estudiante de octavo semestre de Terapia Ocupacional, en la práctica formativa en disfunciones físicas adulto, que se realizó en el Hospital Universitario Departamental de Nariño, pretendió dar a conocer como interviene la terapia ocupacional mediante la terapia espejo en pacientes con lupus eritematoso sistémico.

El presente texto se centra en la exploración del papel fundamental de la terapia ocupacional (TO) en el abordaje integral del lupus eritematoso sistémico (LES), una enfermedad autoinmune compleja que afecta múltiples sistemas del cuerpo y conlleva desafíos tanto físicos como emocionales para los pacientes. La TO se enfoca en potencializar el nivel de funcionalidad y calidad de vida de los pacientes mediante intervenciones personalizadas que abordan no solo las habilidades motoras, también las necesidades emocionales, sociales y cognitivas individuales.

La terapia en espejo, también conocida como *Mirror Therapy* en inglés, es un método terapéutico utilizado en pacientes con limitaciones de movimiento total o parcial en una extremidad superior, como un brazo o una mano. Inicialmente, esta técnica se empleó para tratar el dolor del miembro fantasma, un síndrome experimentado por algunas personas que han perdido un miembro y aún sienten sensaciones en él. A partir de finales de los años 90, se comenzó a aplicar en pacientes con hemiplejía después de un accidente cerebrovascular (ictus), y gradualmente se ha acumulado evidencia que respalda su efectividad en este grupo de pacientes (Campusano, 2020).

Se presenta la terapia espejo como una opción terapéutica prometedora para complementar el tratamiento del LES. Esta técnica innovadora ofrece una manera única de mejorar la función motora y física mientras aborda las necesidades emocionales y psicológicas de los pacientes, ya que, al proporcionar una experiencia visual positiva y fortalecedora, la terapia de espejo puede contribuir significativamente al bienestar emocional y a la calidad de vida general de los pacientes.

El LES es una enfermedad autoinmune crónica que puede afectar diversos órganos y sistemas del cuerpo, generando una amplia gama de síntomas que impactan significativamente en la calidad de vida de quienes la padecen. Entre los enfoques terapéuticos empleados para mejorar la calidad de vida de los pacientes con LES, la terapia de espejo, junto con la terapia ocupacional, ha emergido como una herramienta efectiva y prometedora. La terapia de espejo es una técnica que utiliza la visualización de movimientos reflejados para mejorar la función motora y sensorial en pacientes con diversas afecciones, incluido el LES. Al intervenir desde terapia ocupacional, se crea un enfoque integral que aborda tanto los aspectos físicos como psicosociales del paciente.

Se infiere que la integración de la terapia ocupacional y la terapia de espejo en el abordaje del LES representa un enfoque integral y multidimensional que reconoce la complejidad de esta enfermedad autoinmune; por ende, esta combinación de terapias ofrece nuevas posibilidades para mejorar la calidad de vida y promover la recuperación de los pacientes al fortalecer la funcionalidad física, mejorar la autoimagen y promover la autonomía, donde se subraya la importancia de seguir investigando y

desarrollando estrategias terapéuticas, con el fin de garantizar su eficacia y accesibilidad a todos los pacientes que puedan beneficiarse de ellas (Vázquez et al., 2023).

La terapia ocupacional se centra en ayudar a las personas a participar en las actividades significativas de la vida diaria, adaptando el entorno y enseñando estrategias para superar las limitaciones de la enfermedad. Cuando se incorpora la terapia de espejo, la terapia ocupacional proporciona un marco estructurado para la práctica de los ejercicios de visualización y movimiento, lo que mejora la efectividad del tratamiento.

Los beneficios de esta combinación terapéutica incluyen la mejora de la funcionalidad física, la reducción del dolor, el aumento de la autoestima y la promoción de la independencia en las actividades cotidianas. Además, al fomentar la conciencia corporal y la aceptación de los cambios físicos asociados con el LES, esta modalidad terapéutica contribuye al bienestar emocional y psicosocial del paciente.

En este orden de ideas, la profesión de terapia ocupacional emerge como un componente integral en el tratamiento y la gestión de pacientes con LES, donde la complejidad de esta enfermedad autoinmune puede afectar múltiples sistemas del cuerpo, conlleva una variedad de desafíos físicos y emocionales para los pacientes. Por lo tanto, la TO se posiciona como una disciplina fundamental debido a su enfoque centrado en el individuo y en la mejora de su participación en actividades significativas de la vida diaria, conocidas como ocupaciones (Vázquez et al., 2023).

El reconocimiento de la importancia de la ocupación en la salud y el bienestar es crucial en terapia ocupacional. Esta disciplina se basa en la premisa de que las ocupaciones son vitales para el desarrollo humano y la salud física, emocional y social. Las ocupaciones abarcan desde actividades básicas de autocuidado hasta tareas complejas que implican participación en la sociedad. Las actividades básicas de la vida diaria son fundamentales para el autocuidado y la autonomía personal, y su capacidad de llevarlas a cabo de manera independiente refleja el estado de salud y bienestar de un individuo. La TO se enfoca en ayudar a las personas a desarrollar habilidades y estrategias para llevar a cabo estas actividades de manera eficiente y satisfactoria, adaptándolas según las necesidades individuales (Oliva-Sierra et al. 2022).

Las ocupaciones, además de las actividades de la vida diaria (AVD), también abarcan las actividades instrumentales de la vida diaria (AIVD), que permiten vivir de manera independiente en la comunidad, como

cocinar, limpiar, hacer compras, gestionar las finanzas y utilizar el transporte público. La capacidad de realizar estas actividades es crucial para la autonomía y la participación en la sociedad. Las ocupaciones también incluyen actividades de ocio, recreativas y sociales, como hobbies, deportes, arte, música, lectura y socialización, que proporcionan placer, satisfacción y sentido de pertenencia, promoviendo la salud mental, reduciendo el estrés y fomentando habilidades sociales y relaciones interpersonales significativas (Ardila et al., 2023).

Los terapeutas ocupacionales abordan las dificultades de los pacientes con lupus eritematoso sistémico mediante intervenciones específicas para mejorar la función motora, la independencia y la calidad de vida. Estas intervenciones incluyen técnicas de conservación de energía, entrenamiento con el uso de ayudas técnicas y adaptación del entorno físico. También, se centran en desarrollar estrategias de afrontamiento para manejar los aspectos emocionales de vivir con una enfermedad crónica. Además de la rehabilitación y el manejo de síntomas, la terapia ocupacional promueve la prevención y la promoción de la salud a lo largo del curso de la enfermedad, trabajando en colaboración con otros profesionales de la salud para proporcionar una atención integral centrada en el paciente, abordando sus necesidades físicas, emocionales, sociales y cognitivas (Ministerio de Salud y Protección Social, 2016).

La terapia de espejo, una modalidad terapéutica innovadora, ha despertado interés en la comunidad médica y terapéutica gracias a su prometedor potencial en el tratamiento del LES. Esta técnica implica el uso de espejos para crear la ilusión de movimiento en una extremidad afectada mientras el paciente observa el reflejo de su extremidad no afectada. Aunque, inicialmente se ha utilizado con éxito en la rehabilitación después de lesiones cerebrales y accidentes cerebrovasculares, su aplicación en pacientes con LES presenta nuevas perspectivas terapéuticas. La complejidad y las múltiples manifestaciones del LES, que pueden incluir dolor crónico, fatiga, rigidez articular y debilidad muscular, hacen que el potencial de la terapia de espejo en este contexto sea especialmente relevante (Palomo-Carrión et al. 2022).

La terapia de espejo ofrece una opción terapéutica no invasiva y segura que puede complementar y enriquecer el tratamiento integral de los pacientes con LES. Al proporcionar una experiencia visual de movimiento en la extremidad afectada, esta técnica tiene el potencial de mejorar la coordinación, la fuerza muscular y la amplitud de movimiento, lo que puede resultar en una mejora significativa en la funcionalidad y la calidad de vida de los



pacientes. Además, la terapia de espejo puede jugar un papel importante en el abordaje de las preocupaciones emocionales asociadas con el LES. La enfermedad puede provocar cambios significativos en la autoimagen, la autoestima y la percepción del propio cuerpo. Esta terapia ofrece una experiencia visual positiva y fortalecedora que puede ayudar a los pacientes a reconectar con su cuerpo de manera positiva y fortalecer su sentido de autoeficacia y control (Palomo-Carrión et al., 2022).

La inclusión de la terapia ocupacional en la atención integral del LES representa un enfoque completo y multifacético que reconoce la complejidad de esta enfermedad autoinmune. La TO va más allá de tratar solo los síntomas físicos del LES, ya que también tiene en cuenta los aspectos emocionales, sociales y cognitivos que pueden afectar la vida cotidiana de los pacientes. Desde esta perspectiva integral, los terapeutas ocupacionales colaboran estrechamente con los pacientes para identificar sus necesidades individuales y desarrollar intervenciones personalizadas que aborden todos los aspectos de su bienestar (Vázquez et al., 2023).

En conclusión, la influencia de la terapia ocupacional en la terapia de espejo para pacientes con lupus eritematoso sistémico es un ejemplo destacado de cómo un enfoque multidisciplinario puede mejorar la calidad de vida y el bienestar integral de quienes viven con esta enfermedad crónica. Este enfoque integrador ofrece esperanza y oportunidades para una gestión más efectiva de los síntomas del LES, brindando a los pacientes las herramientas necesarias para vivir de manera más plena y activa.

La terapia ocupacional tiene un rol crucial en el tratamiento integral del LES, ya que tiene en cuenta tanto los aspectos físicos como emocionales de la enfermedad. Esto se debe a que terapia ocupacional se focaliza en mejorar la funcionalidad y calidad de vida de los pacientes, gracias a que identifica sus necesidades ocupacionales individuales y aplica intervenciones personalizadas que abordan las habilidades físicas, emocionales, sociales y cognitivas.

La fusión de la terapia ocupacional y la terapia de espejo en el tratamiento del LES representa un enfoque completo y variado que reconoce la complejidad de esta enfermedad autoinmune. Esta combinación terapéutica abre nuevas oportunidades para favorecer la calidad de vida y contribuir a la recuperación de los pacientes, ya que proporciona herramientas para fortalecer la función motora, mejora la percepción de sí mismo y fomenta la independencia. Por lo tanto, es esencial continuar investigando y perfeccionando estas terapias para

asegurar su efectividad y disponibilidad para todos los pacientes que puedan beneficiarse de ellas.

Es importante fomentar la colaboración entre profesionales de la salud, incluidos los terapeutas ocupacionales, para garantizar un abordaje integral de los pacientes con LES, tanto en aspectos motores como emocionales. Se recomienda educar a los equipos médicos y a los pacientes sobre el papel fundamental de la terapia ocupacional en la mejora de la funcionalidad y en calidad de vida de los afectados por esta enfermedad.

## Referencias

- Ardila, G. M., Hernández, L. M., Bolaños, L. Y., Piaun, D. V. y Guancha, E. K. (2023). Revisión bibliográfica de patologías frecuentes en la práctica clínica en disfunciones físicas. *Boletín Informativo CEI*, 10(1), 38-41. <https://revistas.umariana.edu.co/index.php/BoletinInformativoCEI/article/view/3391>
- Campusano, L. (2020). La terapia en espejo en la rehabilitación de la hemiplejía. *NeuroLlida*. <https://www.neurolleida.cat/es/asociacion/neurolleida/blog/la-terapia-en-espejo-en-la-rehabilitacion-de-la-hemiplejia/36416.html>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2016). Perfil profesional y competencias del terapeuta ocupacional. Colegio Colombiano de Terapia Ocupacional. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/TH/perfil-competencias-terapeuta-ocupacional.pdf>
- Oliva-Sierra, M., Ríos-León, M., Abuín-Porras, V. y Martín-Casas, P. (2022). Eficacia de la terapia de espejo y terapia de observación de acciones en la parálisis cerebral infantil: revisión sistemática. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 45(2). <https://doi.org/10.23938/ASSN.1003>
- Palomo-Carrión, R., Zuil-Escobar, J. C., Cabrera-Guerra, M., Barreda-Martínez, P. y Martínez-Cepa, C. B. (2022). Terapia en espejo y de observación de la acción en niños con parálisis cerebral espástica unilateral: estudio de viabilidad. *Revista de Neurología*, 75(11), 325-332. <https://doi.org/10.33588/rn.7511.2022343>
- Vázquez, D., De Rosende, I. y Sánchez, M. D. (2023). Estudio observacional: Participación en ocupaciones y calidad de vida en personas con lupus eritematoso sistémico. *Revista Médica HJCA*, 15(1), 22-29. <https://revistamedicahjca.iess.gob.ec/ojs2/index.php/HJCA2/article/view/38>