



Travesía
EMPREDEDORA

Volumen No. 1
traves. emprend.
Enero - Junio 2020
e-ISSN: 2539-0376

Centro fisioterapéutico de rehabilitación integral enfocado en el adulto mayor¹

Nicolás Mateo Burgos Rosero

Walkis Dayana Tovar Díaz

Estudiantes del Programa de Fisioterapia

Universidad Mariana

Introducción

El envejecimiento humano es un fenómeno universal e irreversible, está asociado a la pérdida de las funciones neuromusculares como la musculoesquelética, debido a los cambios en la composición de la morfología corporal. “Actualmente, alrededor del 7 % de la población mundial es de 65 años en adelante. En los países desarrollados, este porcentaje es aún mayor (15 %) y continúa creciendo.” (Landinez et al., 2012, p. 563). Este proceso “se acompaña de la disminución de las capacidades de reserva del organismo, las cuales responden tanto a factores fisiológicos como patológicos (alteraciones del equilibrio, postura, marcha, disminución de la fuerza muscular, déficit sensorial, visual y auditivo)” (Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud, 2002, p. 100).

Lo anterior tiene como repercusión distintas implicaciones funcionales, tales como disminución en la velocidad al caminar, aumento del riesgo de caídas y una reducción de la capacidad para llevar a cabo las actividades de la vida diaria (AVD), empeorando así su calidad de vida. (Landinez et al., 2012, p. 563)

Es aquí donde entra en juego el papel de la Fisioterapia como medio de intervención directa, debido a que no solo se ocupa de “aspectos relacionados con la asistencia sanitaria sino también de la educación para la salud” (Thuy, 2008, párr. 2); de igual manera, en la prevención de enfermedades y el tratamiento de las mismas mediante diferentes estrategias que se fomenten durante la realización del ejercicio físico, la higiene postural y la autonomía de cada persona.

¹ Este artículo hace parte de la propuesta de emprendimiento e investigación titulada: *Centro fisioterapéutico de rehabilitación integral, basado en el adulto mayor en la ciudad de Pasto, departamento de Nariño Colombia.*

El Centro Fisioterapéutico de rehabilitación tendrá como objetivo principal brindar conocimientos sobre aspectos básicos de evaluación, diagnóstico, intervención en el adulto mayor, que serán claves para la rehabilitación de los pacientes; asimismo, será importante identificar las principales alternativas y estrategias terapéuticas aptas y coherentes en el proceso de la rehabilitación.

González (2018) afirma que:

Uno de los problemas de salud más frecuentes que presentan los adultos mayores se evidencia en el sistema osteomioarticular. Numerosos autores, entre ellos Coutier, Camus y Sarkar (2001), Lovrincevich, Herrera y Cubiló (2015) expresan que la principal causa de inmovilidad en el adulto mayor ocurre a nivel osteomioarticular como artrosis, osteoporosis, artritis reumatoide, reumatismos de paredes blandas, gota, artropatía por cristales de pirofosfato de calcio; a nivel neurológico, cardiovascular y pulmonar. (p. 73)

Las anteriores patologías serán intervenidas de forma eficiente y con resultados evidentes en la práctica clínica, a través de la terapia acuática, que es un medio que produce confort y beneficios físicos y emocionales en el adulto mayor.

Desarrollo

El Centro Fisioterapéutico de Rehabilitación Integral ofrece servicios de calidad, orientados a la promoción de la salud y prevención de enfermedades, teniendo en cuenta que “la senectud se describe como la suma total de los cambios dependientes del transcurso del tiempo, que son comunes a todos los miembros de una misma clase o especie y que tienen lugar a lo largo de la vida, tras haber alcanzado la madurez de talla, forma y función” (Ceballos et al., 2012, p. 2).

Por lo anterior, es necesario que el centro cuente con una adecuada evaluación, diagnóstico e intervención, de forma individualizada, teniendo en cuenta que el proceso de envejecimiento varía en cada persona, atendiendo así a los más importantes cambios fisiológicos que con el paso del tiempo aparecen, entre ellos: la reducción de la flexibilidad de los tejidos, la pérdida de células nerviosas, el endurecimiento de los vasos sanguíneos y la disminución general del tono corporal, además de los cambios en los diferentes sistemas.

Por lo tanto, es importante establecer, desde la promoción de la salud, diferentes estrategias de rehabilitación enfocadas hacia la actividad física y que cuenten con una adecuada prescripción (tipo, intensidad, carga, frecuencia y duración), para que traigan consigo beneficios pertinentes para

las personas mayores, además de evitar y reducir al mínimo o revertir muchos problemas físicos, psicológicos y sociales que acompañan el proceso de envejecimiento.

Algunas investigaciones al respecto indican que el entrenamiento físico es necesario para detener o revertir la sarcopenia y aumentar la densidad ósea. El incremento de la fuerza y la masa muscular es una estrategia realista para mantener el estado funcional y la independencia de los adultos mayores. (Ceballos et al., 2012, p. 4)

Otra práctica implicada en el mismo proceso es la Hidroterapia o terapia acuática, que servirá como promoción de la salud y tratamiento de las enfermedades.

Santini y Álvarez (como se citó en González Terán, Gómez Cardoso, & Gómez Núñez, 2018) manifiestan que “la rehabilitación acuática hace uso de elementos o cuerpos acuáticos en programas determinados a estimular, desarrollar, habilitar, remediar, rehabilitar o facilitar la capacidad o potencial de movimientos de personas con o sin necesidades especiales” (p. 74) Por ende, al contar con este espacio, que además de brindar beneficios físicos como mejorar de la circulación vascular, estimulación del sistema inmunitario, tonificación muscular, promover un adecuado patrón respiratorio, se favorece el estado de ánimo, que tanto se ve afectado en estos usuarios.

El establecimiento cuenta con los mejores servicios para el adulto mayor, se brinda atención integral, de tal manera que se sientan satisfechos al realizar de forma dinámica la actividad física en el agua, esto está fundamentado en los beneficios que estos componentes promueven en la vida diaria y preparándolos así para las condiciones de estrés que puedan vivir. Además, los diferentes estímulos a los que están sometidos generan en este tipo de población un reaprendizaje y adaptación, asimismo, se fomenta la interacción de los mismos con el medio que los rodea y con personas que presentan la misma condición.

Conclusiones

En el presente estudio se evidencia las falencias que existen en el abordaje integral, además de la falta de centros de rehabilitación acuática aptos y acordes para el adulto mayor, teniendo en cuenta que su abordaje debe ser individualizado y enfatizado a las actividades de la vida diaria.

Referencias

- Ceballos, O., Álvarez, J. y Medina, R. (2012). Actividad física y calidad de vida en los adultos mayores. En O. Ceballos (Ed.), *Actividad física en el adulto mayor* (pp. 1-34). El Manual Moderno.
- González, V. (2018). Educación del adulto mayor para enfrentar limitaciones derivadas del envejecimiento. *Transformación*, 14(1), 70-80. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-29552018000100007
- Landinez, N., Contreras, K., Castro, Á. (2012). Proceso de envejecimiento, ejercicio y fisioterapia. *Revista Cubana de Salud Pública*, 38(4), 562-580. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662012000400008
- Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud. (2002). *Guía clínica para atención primaria a las personas adultas mayores*. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/39962?locale-attribute=es>
- Thuy, N. (2008, 5 noviembre). Atención al mayor desde la Fisioterapia. *eFisioterapia.net*. <https://www.efisioterapia.net/articulos/atencion-al-mayor-la-fisioterapia>