



X-Plain

Rehabilitación después de un derrame cerebral

Sumario

Introducción

Derrames cerebrales o apoplejías son muy serios y pueden resultar en la muerte o incapacidad. Para mejorar las funciones del cuerpo después de un derrame cerebral, son necesarias la rehabilitación, terapia física, terapia del lenguaje o del habla y terapia ocupacional.

La rehabilitación vuelve a entrenar al cerebro del paciente a pensar, comprender, hablar, moverse, y sentir.

Este sumario le ayudará a entender mejor las opciones de rehabilitación para aquellos pacientes que han sufrido un derrame cerebral.



Rehabilitación

Rehabilitación aumenta las posibilidades de una recuperación exitosa después de un derrame cerebral.

Los primeros días después de un derrame cerebral son muy críticos. Durante este tiempo, el cerebro podría inflamarse, causando más daño cerebral. En casos raros, ¡esto podría causar la muerte!

Aproximadamente una semana después de un derrame cerebral, la condición del paciente empieza a cambiar y los déficit iniciales pueden tener la tendencia a mejorarse por sí solos.

Después que los déficit han mejorado, debilitamiento y dificultades con el habla son algunos de los problemas que quedan y que pueden incapacitar en gran escala al paciente. Rehabilitación puede ayudar a mejorar algunos de los daños causados por el derrame cerebral.

Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Existen 2 metas principales de la rehabilitación:

1. Fortalecer y volver a educar al paciente para ayudarlo a mejorar.
2. Enseñarle al paciente como llevar una vida lo más normal posible dentro de los límites de su condición.

Rehabilitación es una combinación de 3 tipos de terapia:

1. Terapia física: fortalece los músculos y mejora la habilidad de caminar del paciente.
2. Terapia del habla: vuelve a instruir al paciente en todo lo que se relaciona con el habla. Esto incluye cómo hablar, comprender, leer, escribir, resolver problemas, y así sucesivamente.
3. Terapia ocupacional: Le enseña a los pacientes diferentes “trucos” que les ayudarán a llevar una vida lo más normal posible.

Rehabilitación se empieza tan pronto el paciente esté en condición médica estable. Generalmente esto toma varios días después de ocurrir el derrame cerebral.

Para que la rehabilitación tenga éxito, es importante que el paciente y su familia cooperen y demuestren entusiasmo.

Aunque las terapias se programan solamente unas pocas veces a la semana, el paciente y su familia deben hacer los ejercicios terapéuticos todos los días.

Aunque la rehabilitación ha mejorado en los últimos 20 a 30 años, las víctimas de derrames cerebrales a veces no pueden volver a la condición en que estaban antes del derrame. Es importante continuar trabajando con técnicas de destreza y no desanimarse.

Terapia física

La meta de la terapia física es fortalecer los músculos y mejorar el modo de andar o la habilidad para caminar. Terapia física también ayuda a aflojar músculos y coyunturas que se han entumecido en el brazo o pierna involucrado en el derrame cerebral.

Al paciente y a su familia se les muestran ejercicios para fortalecer los grupos de músculos debilitados. Estos deben hacerse muchas veces todos los días.



Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

El terapeuta primero ayuda al paciente a caminar. Inicialmente, el paciente usa barras paralelas para poder sostenerse.

A medida que la habilidad para caminar se desarrolla, el paciente puede usar un caminador o bastón para moverse más eficientemente. La esperanza es que con el tiempo, la víctima de un derrame cerebral pueda volver a caminar sin ayuda.

Es importante caminar solamente cuando el terapeuta o un familiar esté cerca. Si no hay alguien cerca que pueda ayudarlo, el paciente podría caerse y romperse una cadera o una vértebra.

El terapeuta puede sugerir el uso de abrazaderas para los brazos o piernas para mejorar la movilidad del paciente y para que pueda trabajar. Estas abrazaderas pueden usarse para evitar que un pie se arreste o que una rodilla se doble o tuerza al caminar.

Terapia del habla

Un terapeuta del habla enseña y vuelve a educar a los pacientes en las funciones que involucran el lenguaje. Algunas de estas funciones incluyen:

- el habla
- comprensión
- lectura
- escritura
- mejoramiento de la memoria
- solución a problemas
- trabajando con números



Terapia del habla se practica con la ayuda de ejercicios que refuerzan estas actividades en el cerebro que está recuperándose. Al igual que la terapia física, es muy importante hacer los ejercicios una y otra vez.

Pacientes deben ser supervisados cuando trabajan en el balance de su chequera o cuando tomen decisiones muy importantes. Esto debe hacerse hasta que los pacientes estén completamente recuperados.

Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Terapia ocupacional

Terapeutas ocupacionales ayudan a los pacientes a desempeñar actividades diarias con la ayuda de “trucos” y aparatos y mecanismos que han sido especialmente diseñados. Terapeutas ocupacionales enseñan a los pacientes a vestirse por sí solos, bañarse o tomar duchas, comer, afeitarse, cocinar, y así sucesivamente.

Por ejemplo, terapeutas ocupacionales pueden enseñar a los pacientes a usar un palo para alcanzar objetos. Este instrumento se usa como una extensión del brazo del paciente. Es muy útil para recoger objetos sin tener que agacharse. Estos instrumentos también pueden ayudar a los pacientes a ponerse los pantalones.



Terapeutas ocupacionales pueden recomendar utensilios especiales con agarraderas muy grandes y así ayudar a que los pacientes que tengan debilidad en las manos puedan alimentarse.

Terapeutas ocupacionales pueden sugerir maneras de acomodar las habitaciones de la casa del paciente para hacerlas más accesibles y seguras.

Terapeutas ocupacionales ayudan a los pacientes de derrames cerebrales a adaptarse a abrazaderas que mejorarán sus habilidades. Las abrazaderas también ayudan a disminuir las posibilidades de entumecimiento agudo de las conyunturas. Estas abrazaderas se pueden usar en los codos, muñecas, rodillas, o tobillos.

Resumen

Aunque los derrames cerebrales pueden causar incapacidad mayor, las técnicas nuevas de rehabilitación brindan a los pacientes un buen número de oportunidades de mantenerse independientes.

El éxito de la rehabilitación después de un derrame cerebral depende mayormente en el paciente y su familia más cercana.

Los ejercicios se deben continuar aún cuando los déficit iniciales hayan mejorado. Los ejercicios le dan al paciente la mejor oportunidad de regresar a una vida normal.

Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.