

Unidad 4. Fisioterapia para personas adultas mayores

Objetivo de la unidad

Al finalizar la unidad, la alumna o el alumno conocerá la importancia de la fisioterapia para mantener un grado de movilidad e independencia que permita a las y los adultos mayores sentirse bien y capaces en el ambiente en el que se desenvuelvan.

Introducción

La fisioterapia, también conocida como terapia física, es una disciplina de la ciencia de la salud que ofrece un tratamiento terapéutico y de rehabilitación no farmacológica para diagnosticar, prevenir y tratar síntomas de múltiples dolencias, tanto agudas como crónicas, por medio de agentes físicos como la electricidad, ultrasonido, láser, calor, frío, agua y técnicas manuales como estiramientos, tracciones y masajes.

La fisioterapia en la tercera edad, está centrada no solo en el aspecto terapéutico en relación a las diversas patologías que son más comunes con una edad avanzada, uno de los campos fundamentales a tener en cuenta es la prevención y la orientación hacia la obtención de una mejor calidad de vida.

Uno de los conceptos erróneos que se tiene de la fisioterapia es que solo debe ser usada cuando se presentan problemas de salud que requieran de este tratamiento, pero esta es una idea equivocada ya que la fisioterapia consta de tres componentes primordiales que permiten mejorar o prevenir situaciones de riesgo, sobre todo en la tercera edad.



A) Fisioterapia preventiva

Si se consigue que la persona adulta mayor tenga una buena amplitud articular, fuerza y un buen equilibrio, las posibilidades de tener un accidente son mucho menores. Es mejor prevenir una caída que tratar las fracturas que puedan ocasionarse.

Es de suma importancia evitar que las personas adultas mayores pierdan sus capacidades motrices y prepararlas para que se acostumbren a tener una buena vida que dependerá siempre de tener una independencia en el mayor número de ámbitos posible.

La fisioterapia preventiva se encarga principalmente de que las y los adultos mayores sean capaces de ser lo más independientes funcionalmente al mismo tiempo que se sigan relacionando en su entorno físico con las mayores capacidades motoras y de orientación.

B) Fisioterapia diagnostica

Es usada para valorar una lesión, un dolor o ante una caída identificar la limitación de movilidad, ya que cuando se tiene algún tipo de molestia se debe recurrir al médico especialista que determine el tipo de lesión y la gravedad de la misma para determinar qué tipo de procedimiento se requiere.

C) Fisioterapia tradicional

También conocida como de rehabilitación, está dedicada al tratamiento de una lesión o lesiones de diversos grados, tratamientos tras una intervención quirúrgica etc.

La fisioterapia en los pacientes de la tercera edad es similar a cualquier otro tipo de tratamiento ordinario, haciendo la salvedad de que se debe adaptar a la psicología de estos pacientes y a sus necesidades específicas, ser capaces de animarlos y apoyarlos para que vean que tiene una buena expectativa de recuperación es tan importante como el tratamiento en sí.