

Fisioterapia a domicili



Raúl García García

Colegiado nº 1055

Fisioterapeuta y gerente de Domifisio

Desde que terminé la carrera de fisioterapia comencé a realizar algún tratamiento a domicilio pero fue de forma muy esporádica hasta que en 2003 fui contratado por la Asociación de Familiares de Alzheimer de Valencia. Entonces sí empecé a trabajar asiduamente a domicilio ya que mi función principal era la atención de estos enfermos en sus casas. En ese momento evidencí las carencias que tenían tanto el sistema sanitario público como el privado en este tipo de servicios. Por eso en 2011 me planteé crear Domifisio, para cubrir esa demanda social.

En Francia tienen instaurados estos tratamientos en su sanidad desde hace años, aquí en España, algunos hospitales y Servicios de Ayuda a Domicilio (SAD) de municipios empiezan ya a contar con fisioterapeutas dedicados a estos trabajos aunque aún queda mucho por hacer.

Hay mucho futuro en la fisioterapia domiciliaria, tanto a nivel sanitario como en la atención a la dependencia y a la tercera edad. Actualmente en España el 20% de la población tiene más de 65 años y de ellos un tercio presenta algún grado de dependencia. Además el 90% de las personas mayores dependientes eligen permanecer en sus casas en vez de utilizar fórmulas residenciales. Estos datos van en aumento por lo que el papel de la fisioterapia a domicilio en los próximos años va a ser fundamental.

La mayoría de nuestros pacientes son personas mayores debido a su propio deterioro físico como a sus patologías añadidas. No obstante, este servicio no sólo va dirigido a pacientes geriátricos sino a cualquier persona con problemas de desplazamiento, ya sea porque físicamente tiene la dificultad, incluso la imposibilidad, de moverse de su casa y/o porque las condiciones de su vivienda, sobre todo por falta de ascensor en el edificio, hacen muy complicado acudir a un gimnasio de rehabilitación o un centro de fisioterapia y prefieren recibir un tratamiento de calidad en su propio hogar.



Tenemos pacientes de edad avanzada a los que realizamos fisioterapia geriátrica para tratar patologías crónicas y degenerativas que afectan a su autonomía. También realizamos fisioterapia neurológica para el tratamiento de hemiparesias, hemiplejías, párkinson o alzhéimer por ejemplo; así como fisioterapia traumatólogica para atender las recuperaciones post-quirúrgica de prótesis de cadera o rodilla, o para realizar la rehabilitación post-traumática de lesiones como fracturas, luxaciones, esguinces, etc.



La fisioterapia a domicilio aporta al paciente un tratamiento personalizado, el cual se individualiza según los aspectos a mejorar para recuperar sus capacidades físicas y funcionales. Es cómodo y motivador, al estar el paciente en su propio entorno. Es flexible dado que se adapta a los horarios de los enfermos. Al ser el fisioterapeuta el que va a casa, hay mayor constancia en el tratamiento y es más fácil conseguir que la persona cumpla con las pautas que le vamos dando, lo cual influye positivamente en los resultados de la terapia. Se trabaja con una visión real y global de las necesidades y de cómo éstas repercuten en su vida cotidiana.

Cómo se trabaja a domicilio

En nuestra primera visita le realizamos una anamnesis completa al paciente, donde nos interesamos por el motivo de solicitar nuestros servicios y le preguntamos por su historial médico. Continuamos con una exploración física general donde se evalúa la movilidad articular, fuerza muscular, reflejos, equilibrio, coordinación, marcha, riesgo de caída, ABVD,...

Una vez realizada toda esta evaluación, se marca el tratamiento personalizado y el número de sesiones a realizar a la semana. También, si se cree conveniente, se le pauta una serie de ejercicios terapéuticos para realizar entre sesiones. La reevaluación es constante y se van modificando el tratamiento y objetivos en función de la evolución del enfermo.

El paciente no debe preocuparse por nada, todo el material necesario lo llevamos nosotros (camilla, vendas,

cremas, electroterapia,...), lo único que tienen que facilitarnos es un espacio para tratarlos, para poder colocar nuestra camilla y atenderlos. En ocasiones, dado que les es imposible subirse a ella, tenemos que recurrir a la atención en una cama. De una manera o de otra, nos adaptamos a las capacidades del usuario para que pueda realizar la rehabilitación de la forma más cómoda y efectiva.

Otra de nuestras funciones es evaluar el entorno del paciente, su casa y ver qué problemas puede tener y qué soluciones aplicar para resolverlos. Algo tan simple como retirar una alfombra a personas con riesgo de caída o aconsejar cómo colocar la cama en la habitación para abordar a un paciente encamado por todos los lados. Además asesoramos a los cuidadores sobre ayudas técnicas en general; de movilidad, desde tipos de andador a grúas para desplazar pacientes; de adaptaciones de la vivienda, como asideros, alzadores y sensores; o ayudas técnicas para prevenir problemas por inmovilidad del paciente como cojines antideslizantes, cojines y colchones antiescaras, taloneras,...

Cuidar y tratar al cuidador es otro elemento clave en la fisioterapia a domicilio. Muchas veces pasa desapercibido/a porque la prioridad siempre es el enfermo, pero es la persona que más carga física, psíquica y emocional soporta ya que tiene que atender al paciente día a día. Además de enseñarle a movilizar al paciente con transferencias que sean lo menos lesivas para su cuerpo y asesorarle para acondicionar la casa; hacemos tratamientos en camilla, donde la base es la masoterapia, para aliviar esas patologías comunes de los cuidadores como son las cervicalgias, lumbalgias o tendinitis.



Cuidar y tratar al cuidador es otro elemento clave en la fisioterapia a domicilio, como muestra la imagen

“ La fisioterapia a domicilio es personalizada, cómoda y motivadora,.. es flexible dado que se adapta a los horarios de los enfermos. Al ser el fisioterapeuta el que va a casa, hay mayor constancia en el tratamiento, lo cual influye positivamente en los resultados de la terapia ”

A día de hoy, son los propios enfermos o sus familiares los que nos buscan porque conocen nuestra profesión y creen que les podemos ayudar, la sociedad cada vez nos tiene más presente. A nivel médico aún cuesta mucho que nos deriven pacientes para realizarles una rehabilitación o un tratamiento fisioterapéutico, pero creo que es un problema común a todos los fisioterapeutas en general, no sólo a este servicio en concreto. En este sentido, considero que los profesionales sanitarios deberíamos complementarnos más, sobre todo, por el bienestar del paciente.



EN CADA
MOMENTO,
EN CADA
ETAPA.

La vida es confiar. Porque a veces, la vida te pone a prueba, pero siempre encuentras las manos de un fisioterapeuta en las que confiar, en las que apoyarte para seguir adelante.



CONSEJO GENERAL
DE COLEGIOS DE
FISIOTERAPEUTAS
DE ESPAÑA

*Siempre en
buenas
manos*