

Ejercicio para el paciente con trasplante pulmonar

Respirar no siempre es fácil. Eso lo sabe bien un paciente con enfermedad respiratoria terminal. Por eso, el Servicio de Rehabilitación del Hospital 12 de Octubre de Madrid cuenta con un programa multidisciplinar de rehabilitación pulmonar, integrado en la Unidad de Trasplante Pulmonar.

Isabel Gallardo Ponce. madrid | igallardo@diariomedico.com | 29/10/2012 00:00

★★★★☆ ¡vota! | 0 comentarios

imprimir | tamaño



Adelina Millán Tomillos, auxiliar de enfermería; Lourdes Juarros, responsable de rehabilitación; Asunción Ocampos, celadora; Elisabeth Vicente, residente de Medicina del Deporte; Pilar Rodríguez, fisioterapeuta; Ana García, terapeuta ocupacional; Amaya González, fisioterapeuta; Virginia Toribio, fisioterapeuta; Francisco Javier Zarza, fisioterapeuta; María Luz Izquierdo, auxiliar de enfermería; y Angela Martín García, celadora. (Luis Camacho)

Respirar no siempre es fácil. Eso lo sabe bien un paciente con enfermedad respiratoria terminal. Por eso, para mejorar la capacidad ventilatoria, la autonomía, el acondicionamiento muscular y la calidad de vida durante el tiempo de valoración para trasplante, y la recuperación tras la cirugía, el Servicio de Rehabilitación del Hospital 12 de Octubre de Madrid cuenta con un programa multidisciplinar de rehabilitación pulmonar, integrado en la Unidad de Trasplante Pulmonar.

Dos médicos rehabilitadores, ocho fisioterapeutas, dos terapeutas ocupacionales, dos auxiliares de enfermería, y varios celadores, son los encargados de cuidar a los candidatos a trasplante para mejorar su estado funcional con ejercicios respiratorios y actividad física individualizada, y conseguir su implicación en la terapia.

La rehabilitación permite identificar a los candidatos a trasplante, ya que si no toleran el entrenamiento físico no serán capaces de superar la cirugía

Bronquitis crónica, fibrosis quística, fibrosis pulmonar e hipertensión pulmonar, son las patologías más frecuentes en pacientes adultos e infantiles. Según ha explicado a DM Lourdes Juarros, médico rehabilitador responsable de la unidad, "el objetivo es prepararlos para que estén en condiciones de superar la cirugía. En cierto modo el programa es un filtro, ya que un paciente que no puede resistir el entrenamiento no va a tolerar una cirugía".

Fases de entrenamiento

El proceso consta de tres fases. La primera comienza al iniciar la valoración para trasplante y se realizan 24 sesiones de entrenamiento de potenciación, de resistencia y de fuerza. "Aprenden a corregir la

postura, elasticamos la columna, la caja torácica y la cintura escapular, para que el tórax trabaje mejor. Así conseguimos mejorar el patrón ventilatorio", reduciendo la sensación de ahogo y el número de ingresos. Además se monitoriza con cicloergómetro la presión arterial, el oxígeno en sangre y la frecuencia cardiaca.

En esta fase los pacientes pueden pasar a lista de trasplante, pero si no es así la segunda parte se corresponde con esa espera, que puede durar hasta dos años, y con un seguimiento mensual para valorar el estado del paciente y si realizan el tratamiento domiciliario.

La tercera fase se correspondería con el trasplante. "Empezamos a tratarlos desde reanimación para frenar el desacondicionamiento que produce la cirugía", y por ello desde que despierta el paciente debe hacer los ejercicios diafragmáticos para retirar la ventilación mecánica cuanto antes.

Cuando se estabilizan, se les ayuda a entrenar en la planta hasta que están en condiciones de ir a la unidad. Una vez allí, según Pilar Rodríguez, fisioterapeuta, "realizamos fisioterapia respiratoria, trabajando el diafragma, los músculos costales e intercostales para estimular el pulmón desde todos los ángulos. También les enseñamos a toser para manejar las flemas. Si el paciente no puede colaborar lo realizamos un drenaje postural". Otro aspecto que requiere rehabilitación es la articulación temporomandibular, "ya que se contractura por la propia patología y al estar mucho tiempo sin masticar y sin segregar saliva tras la cirugía".

Al alta, los pacientes continúan dos meses más acudiendo a la unidad donde realizan trabajos de fisioterapia, y se les anima a ser responsables de su cuidado adoptando hábitos saludables.

VISTA:

[MÁS TEXTO](#)

[MÁS VISUAL](#)

