

gent gran / festes populars

La fisioteràpia a la malaltia d'Alzheimer

En fases avançades de la malaltia, són evidents les rigideses articulars i musculars, i la pèrdua de l'equilibri

► Laura Gálvez

A l'Alzheimer com a altres malalties neurodegeneratives, es va produint un deteriorament de les neurones. Aquest deteriorament acaba afectant les funcions cognitives, físiques i conductuals de la persona. La fisioteràpia tracta la malaltia des del punt de vista físic, tot ajudant a millorar la qualitat de vida de la persona amb el principal objectiu de mantenir la seva autonomia i prevenir altres patologies associades a l'Alzheimer.

Només en fases més avançades de la malaltia, són evidents les rigideses articulars i musculars, la pèrdua de l'equilibri i posteriorment la marxa. Tot i així degut a altres malalties que pot tenir la persona poden sorgir complicacions que comportin una falta de salut al sistema musculoesquelètic com fractures, lumbàlgies, cervicàlgies, ciàtiques... Per aquest motiu una fisioteràpia prematura ajuda a allargar l'aparició del signes propis de l'Alzheimer en fases posteriors, com també, la prevenció i tractament d'aquestes patologies adquirides al llarg de la vida.

El tractament amb fisioteràpia consisteix a mantenir la persona el més activa possible tenint en compte les seves limitacions i sobretot respectant el dolor. És especialment important mantenir una activitat física diària, com pot ser caminar, desenvolupar les



feines de la llar amb supervisió o, com fem des del Centre de Dia, tallers de psicomotricitat o gimnàstica. Aquest tallers són una manera lúdica d'exercitar analíticament la musculatura més atrofiada i relaxar la que pot estar més tensa, a més a més, es consoliden les relacions interpersonals amb els components del grup i indirectament es treballa la memòria amb la seqüència dels exercicis plantejats. El treball muscular té especial importància ja que degut a aquesta rigidesa es veu afectat per compressió, el sistema vascular (artèries i venes), essencial per a la nutrició del sistema nerviós central i la connexió entre les neurones.

Com hem dit abans és essencial preservar l'autonomia de la persona i per tant la seva capacitat de fer les activitats de la vida diària com poden ser la higiene personal, menjar sola i caminar. Si aquestes capacitats es perden serà necessària l'ajuda d'un altre i la persona doncs, passarà a ser dependent. Un cop arribem a la dependència total, es consideren per perduts en gran majoria els patrons motors i l'esquema corporal de la persona fet que l'impossibilita a tornar a fer les seves activitats bàsiques. Per aquest motiu el programa de tractament sempre intentarà actuar el més aviat possible abans d'arribar a aquest point of no return.

No només és important l'acció del fisioterapeuta en l'àmbit físic, sinó també dels familiars i cuidadors que treballen com un equip i ajuden a aconseguir els objectius plantejats.

Laura Gálvez és fisioterapeuta

.....
Fundació Uszheimer
 Unitat socioeducativa d'alzheimer
 Passatge Forasté 11-13
 08022 Barcelona
 Tel.: 93 418 65 65
info@fundaciouzheimer.org
<http://fundaciouzheimer.org>
<http://www.premisoletura.com>