

Equipo de rehabilitación física de Hospital de Quilpué realizó taller de artrosis a la comunidad

La artrosis es una enfermedad originada por una lesión del cartílago articular, que ocasiona dolor y, en ocasiones, la pérdida de su movimiento normal. Es uno de los reumatismos más frecuentes que afecta principalmente a personas después de los 55 o 60 años, y que puede aparecer en cualquier articulación del organismo como los dedos de las manos, las rodillas, las caderas y la columna cervical y lumbar.

Las causas son múltiples y varias de ellas suelen estar presentes en una misma persona por lo que sus posibilidades de desarrollar la enfermedad aumentan. Algunas de estas son el envejecimiento, la herencia, la obesidad, trastornos por sobrecarga, lesiones locales o el exceso de uso.

Anuncio Patrocinado

En este contexto, el equipo de Rehabilitación Física del Hospital de Quilpué desarrolló el taller “Educación para la salud a personas con artrosis”, con el objetivo de mejorar la capacidad funcional y la calidad de vida de las personas que padecen esta patología, a través de la entrega de información y hábitos saludables que permitan prevenir y/o mejorar la capacidad funcional de los pacientes.

Así lo explicó Mirna Pérez, Jefa del área de Kinesiología de Atención Cerrada del Hospital de Quilpué quien comentó que el taller fue dirigido a dirigentes y usuarios adultos, con diagnóstico de artrosis, usuarios pre y post operados de artrosis de cadera, con el fin que conocieran aspectos generales de la enfermedad, el proceso de rehabilitación en el pre y post operatorio, así como los hábitos relevantes para esta condición, como una alimentación saludable y actividad física para el fortalecimiento muscular y la amplitud de los movimientos.



WAVM | PUBLICIDAD

AGENCIA DE PUBLICIDAD

-  Impresiones
-  Manejo de redes sociales
-  Videos y fotografías profesionales

 **Conversemos por WhatsApp**

“Es importante que los usuarios que están afectados de esta patología, estén informados de sus implicancias, además de los pasos a seguir cuando hay sospecha de esta patología. El usuario que comienza con dolor o limitación funcionar al caminar, debe acudir a su consultorio de atención primaria en donde se hace sospecha de artrosis e inicia tratamiento farmacológico y no farmacológico. Luego es derivado a su centro de referencia de especialidad u hospital para hacer un diagnóstico, en la cual el médico especialista (reumatólogo, médico ortopedista, fisiatra, etc), mediante evaluación y exámenes complementarios confirma Artrosis y posteriormente su hospitalización para cirugía de endoprótesis de cadera” explicó la profesional.

Así mismo, Mirna Pérez, resaltó la importancia de continuar con la rehabilitación física después de la cirugía, además del uso de ayudas técnicas, que son necesarias para reinsertar al paciente a sus actividades de la vida diaria en forma independiente.

“ENFRENTAR DESDE EL CONOCIMIENTO”

“Tener una mayor expectativa de vida es bueno, siempre y cuando logremos llegar saludables a la etapa de la adultez mayor. ¿Cómo hacerlo? Básico, es mantenerse dentro de los cánones de una vida sana, evitando los excesos; algo que es muy fácil de decir, pero, bastante complicado de cumplir...por muchos motivos que no viene al caso mencionar”

Equipo de rehabilitación física de Hospital de Quilpué realizó taller de artrosis a la comunidad

comentó María Teresa Román, presidenta del Consejo Consultivo de Usuarios del Hospital de Quilpué y participante del taller.

No obstante, según la dirigente “hay situaciones clínicas que van asociadas naturalmente al envejecimiento de nuestros cuerpos, como la artrosis. Frente a esta enfermedad evolutiva, es muy relevante que aprendamos a cómo mantenerla a raya, cómo convivir con ella y cómo evitar que ésta, nos sucumba en una vejez triste y dolorosa. Esa es la importancia del taller ofrecido por el equipo de Rehabilitación del Hospital de Quilpué a la comunidad. Es vital enfrentar la artrosis desde el conocimiento práctico, desde la actividad colectiva y desde la interacción equipo médico y comunidad. Sólo resta felicitar y motivar a seguir repitiendo esta dinámica en el territorio”, expresó.

Cabe destacar que el Hospital de Quilpué, a través de su Consultorio de Especialidades realiza rehabilitación motora a pre y post operados de prótesis de cadera, evaluación y entrenamiento de ayudas técnicas, para que posteriormente el paciente que lo requiera, continúe con su rehabilitación en la Atención Primaria de Salud.

El equipo capacitador del Hospital de Quilpué estuvo integrado por las kinesiólogas Mirna Pérez, Yasna Colines y Fabiola Tejeda , el nutricionista Mauricio Sánchez; y la interna de Kinesiología de la Universidad de Valparaíso, Anakarina Parraguez.

Equipo de rehabilitación física de Hospital de Quilpué realizó taller de artrosis a la comunidad



y tú, ¿qué opinas?