



Rehabilitación y fisioterapia geriátrica: Valoración e intervención terapéutica y preventiva

Sku: CURUEMCONL0163

Horas: 95

OBJETIVOS

- Reducir la morbilidad y mortalidad en los mayores y mantener una buena capacidad funcional, aceptando esta como un indicador de bienestar y salud y el de mayor valor predictivo respecto a la necesidad de recibir ayuda.
- Facilitar en todo lo posible que las personas puedan envejecer en su domicilio o en un entorno que les sea más confortable, poniendo énfasis en la promoción de programas de rehabilitación relativos a todos aquellos aspectos que reduzcan al máximo los procesos de limitación física, psíquica o sensorial en las personas de edad avanzada que condicionan su dependencia.
- Dotar al paciente de mayor autonomía y calidad de vida abarcando la dolencia reumatológica como la de mayor prevalencia y también, mirando hacia el presente y futuro más inmediato, la neurológica, que cobra cada vez más relieve entre una población que tiende vertiginosamente al envejecimiento.
- Dar independencia y vida al paciente anciano.

CONTENIDOS

Tema I: Envejecimiento satisfactorio

- Introducción.
- Promoción de salud en el anciano.
- Detección precoz de enfermedades:
 - Anamnesis:
 - Nutrición.
 - Inmovilidad y actividad física.
 - Tabaco.
 - Consumo de alcohol, medicamentos y otras drogas.
 - Examen físico:
 - Tensión arterial.

- Vista y audición.
 - Función cognitiva y examen buco-dental.
 - Examen de los pies.
 - Accidentes y caídas.
 - Cáncer de piel.
 - Cáncer de próstata.
 - Cáncer de ovario.
- Pruebas diagnósticas:
 - Cáncer de pulmón y cáncer de mama.
 - Cáncer colorrectal.
 - Cáncer de útero y enfermedad coronaria asintomática.
 - Colesterol elevado.
 - Diabetes y enfermedad tiroidea.
- Inmunizaciones y quimiopreilaxis:
 - Gripe.
 - Infección neumocócica.
- Prevención de síndromes geriátricos:
 - Caídas.
 - Inmovilidad.
 - Delirium o síndrome confusional agudo (SCA).
 - Osteoporosis.
- Prevención del aislamiento social.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema II: Rehabilitación y fisioterapia en atención geriátrica

- Introducción.
- Doble función de la rehabilitación y fisioterapia en el anciano.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema III: Características generales de la rehabilitación y fisioterapia en atención geriátrica

- Introducción.
- Objetivos de la actividad física en geriatría:
 - Diagnóstico funcional y elaboración de un programa.
 - Ejemplo de programa de ejercicios y elección de los distintos tipos de ejercicios.
- Fisioterapia en centros geriátricos ejercicios activos dirigidos y actividades de la vida diaria.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema IV: Teorías del envejecimiento. Nociones demográficas

- Resumen.
- Teorías del envejecimiento:
 - Teorías deterministas.
 - Teorías estocásticas.
- Demografía en España:
 - Envejecimiento demográfico.
 - Parámetros socioeconómicos de la población anciana en España.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema V: Características generales de la enfermedad en el anciano y su presentación atípica

- Introducción.
- Cambios relacionados con el envejecimiento.
- Tipos de envejecimiento.
- Causas de presentación atípica de enfermedades.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema VI: Clasificación de los ancianos

- Introducción.
- Sistemas de clasificación de pacientes:
 - Anciano frágil o de alto riesgo.
- Conclusión.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema VII: Valoración física y cognitiva del anciano

- Evaluación general del paciente de edad avanzada.
- Anamnesis y exploración.
- Valoración física:
 - Cambios funcionales y estructurales con la edad.
 - Valoración funcional del anciano:
 - Valoración de la capacidad funcional general.
 - Valoración motriz.
 - Balance articular, balance muscular y manipulación.
- Valoración cognitiva en el anciano:
 - Cambios ambientales y de personalidad.
 - Valoración del deterioro cognitivo:
 - Circunstancias ambientales.
 - Dimensión social.
- Resumen.

- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema VIII: La marcha en el anciano. Prevención de caídas

- Resumen.
- El control postural.
- Examen de la marcha del paciente geriatra.
- Características de la marcha en el anciano.
- Etiología de los trastornos de la marcha en el anciano.
- Marchas patológicas más comunes en el anciano.
- Las caídas en el anciano:
 - Concepto.
 - Etiopatogenia de las caídas en el anciano.
 - Prevención de las caídas.
- Reeducación de la marcha en el anciano:
 - Paciente en decúbito.
 - Paciente en sedestación.
 - Paso del decúbito a la sedestación y viceversa.
 - Verticalización y equilibrio en bipedestación.
 - Paso de sedestación a bipedestación o viceversa.
 - Retorno de la marcha.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema IX: Inmovilismo en el anciano

- Introducción.
- Definición.
- Causas o factores determinantes de la inmovilidad.
- Consecuencias de la inmovilidad prolongada.
- Actitudes y manejo de la inmovilidad en el anciano:
 - Otros sistemas.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema X: Fisioterapia y rehabilitación en el dolor y ancianidad

- Resumen.
- Cambios del SNC ligados al envejecimiento.
- Farmacocinética de la analgesia en el anciano:
 - Valoración del dolor en el anciano:
 - Métodos de valoración.
 - Tipos de dolor.
 - Recomendaciones generales en la farmacoterapia.
- Tratamiento farmacológico del dolor en el anciano:

- Individualización de la terapéutica en el anciano.
- Estrategia terapéutica.
- Tratamiento farmacológico:
 - Tratamiento inicial.
 - Terapia con opiáceos.
 - Dolor neuropático.
 - Otras terapias.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XI: Aspectos rehabilitadores y fisioterapéuticos en el anciano reumático

- Introducción.
- Artrosis:
 - Clínica.
 - Tratamiento:
 - Técnicas.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XII: Fracturas patológicas en el anciano

- Resumen.
- Epidemiología y anatomía.
- Etiología y factores de riesgo:
 - Factores que disminuyen la resistencia ósea.
 - Factores relacionados con las caídas.
- Tratamiento hospitalario.
- Atención tras el alta hospitalaria:
 - Planificación del alta.
 - Cuidados tras el alta.
 - Tratamiento fisioterápico.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XIII: Artroplastia de rodilla

- Introducción.
- Causas.
- Complicaciones poscirugía.
- Pronóstico.
- Tratamiento fisioterápico precoz durante el ingreso hospitalario y al alta.
- Tratamiento en caso de cirugía del LCA.
- Ejercicios de propiocepción de la rodilla:
 - Progresión de ejercicios.

- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XIV: Patologías cognitivas. Demencia senil y ACVA

- Introducción.
- Demencia senil:
 - Concepto.
 - Etiología.
 - Epidemiología.
 - Diagnóstico.
 - Pronóstico y evaluación.
- Enfermedad de alzheimer (EA):
 - Epidemiología.
 - Etiología.
 - Anatomía patológica y fisiopatología.
 - Clínica y diagnóstico.
 - Fases y evolución.
 - Factores de riesgo.
 - Tratamiento:
 - Tratamiento farmacológico.
 - Tratamiento psicológico.
 - Terapia ocupacional.
 - Fisioterapia.
- ACVA:
 - Factores de riesgo.
 - Síntomas.
 - Tratamiento.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía

Tema XV: El anciano con parkinsonismo

- Introducción.
- Definición y recuerdo anatomofisiológico.
- Etiología.
- Factores de riesgo y epidemiología.
- Fisiopatología.
- Anatomía patológica.
- Clínica.
- Evolución, pronóstico y fases de la enfermedad.
- Diagnóstico.
- Tratamiento.
- Fisioterapia:
 - Evaluación fisioterápica.

- Objetivos.
- Principios del tratamiento:
 - Período inicial de la enfermedad.
 - Período de la enfermedad estable.
 - Período de decadencia motora.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XVI: Incontinencia urinaria en el anciano

- Introducción.
- Epidemiología y causas.
- Exploración clínica y urodinámica.
- Tipos de incontinencia urinaria en los ancianos.
- Prevención.
- Tratamiento:
 - Terapias conductistas.
 - Fisioterapia perineal.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía

Tema XVII: Rehabilitación y fisioterapia en las enfermedades cardiovasculares

- Resumen.
- Insuficiencia cardíaca:
 - Epidemiología y fisiopatología.
 - Etiología y factores precipitantes.
 - Clínica y diagnóstico.
 - Tratamiento.
- Enfermedad coronaria.
- Infarto agudo de miocardio:
 - Manejo de las personas mayores tras un IAM
- Síndromes isquémicos estables.
- Angina de pecho inestable.
- Valvulopatía aórtica calcificada.
- Insuficiencia mitral.
- Estenosis mitral e insuficiencia aórtica.
- Fibrilación auricular.
- Vasculopatías periféricas:
 - Arteriosclerosis. Isquemia arterial crónica.
 - Trombosis venosa. Tromboflebitis.
- Hipertensión arterial:
 - Definición.
 - Fisiopatología.
 - Epidemiología y evaluación del anciano hipertenso.

- Clasificación de la HTA en geriatría.
- Tratamiento de HTA en el anciano.
- Fisioterapia en los síndromes invalidantes cardiovasculares:
 - Normas generales.
 - Factores que hacen peligrosas las actividades físicas.
 - Tratamiento de la oclusión arterial crónica.
 - Tratamiento de la oclusión arterial aguda.
 - Tratamiento de la enfermedad venosa vascular.
 - Tratamiento del linfedema.
- Fisioterapia en la rehabilitación cardíaca:
 - Contraindicaciones.
 - Indicaciones para realizar un PRC.
 - Programa de RC:
 - Fase I programa de RC.
 - Fase II programa de RC.
 - Fase III programa de RC.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XVIII: Rehabilitación y fisioterapia en las enfermedades respiratorias

- Fisioterapia respiratoria en el anciano. Características generales.
- Patologías del aparato respiratorio más frecuentes en el anciano. Tratamiento:
 - Bronquitis crónica.
 - Bronquiectasias.
 - Asma bronquial.
 - Enfisema.
 - Atelectasia.
 - Fibrosis pulmonar.
 - Neumoconiosis.
 - Absceso de pulmón.
 - Neumonía y bronconeumonía.
 - Cáncer pulmonar.
 - Pleuresía.
 - Insuficiencia respiratoria.
 - Síndrome de encamamiento o inmovilización.
 - Cirugía pleuropulmonar.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía

Tema XIX: Actividad física y deportiva en la tercera edad

- Introducción.
- Actitud para su desarrollo.
- Actividades físicas.

- Actividades deportivas:
 - Gimnasia.
 - Marcha y footing.
 - Natación.
 - Ciclismo.
 - Golf y deportes colectivos.
 - Pequeños deportes y deportes no aconsejables.
- Actividades al aire libre.
- Precauciones generales.
- Fines generales.
- Conclusiones finales.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XX: Técnicas complementarias al tratamiento fisioterapéutico para la tercera edad. Deporte en el anciano

- Resumen.
- Técnicas complementarias al:
 - Reeducción Postural Global (RPG).
 - Eutonía de Gerda Alexander.
 - Psicomotricidad.
 - Musicoterapia.
 - Técnica Alexander.
 - Danzaterapia.
 - Yoga.
 - Actividades acuáticas.
- Actividades físicas y deportivas para la tercera edad:
 - Aspectos generales.
 - Precauciones generales.
 - Riesgos de la actividad física en la Tercera Edad.
 - Beneficios de la actividad física en la Tercera Edad.
 - Contraindicaciones a la actividad física.
 - Actividades físicas propuestas para la Tercera Edad.
 - Componentes de una sesión de entrenamiento recomendado en ancianos.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXI: Revitalización geriátrica

- Introducción.
- Alteraciones del aparato respiratorio.
- Alteraciones del aparato locomotor y de la estática:
 - Ejercicios a enseñar al anciano.
- Resumen.

- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXII: Ayudas técnicas

- Resumen.
- Concepto y características generales de las ayudas técnicas.
- Aplicación de las ayudas técnicas en el anciano.
- Ayudas técnicas para la marcha:
 - Bastones.
 - Andadores.
 - Silla de ruedas.
- Ayudas técnicas para los miembros superiores.
- Ayudas técnicas para el baño.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXIII: Prevención y promoción de la salud en el anciano

- Introducción.
- Promoción y prevención de la salud en el anciano.
- Actuación de fisioterapia en prevención y promoción de la salud en el anciano:
 - Educación y formación teórica
 - Práctica de fisioterapia en prevención y promoción de la salud.
 - Investigación.
- Acción en el ámbito internacional y nacional. Legislación.
- Actividades preventivas y de promoción de la salud en los ancianos (por la sociedad española de medicina de familia y comunitaria):
 - Sociedad Española de Geriatria y Gerontología (SEEG).
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.