



# 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 quimioprofilaxis:
  - 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 posquirugía.
- 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.