

# Tratamiento Fisioterápico en la Esclerosis Múltiple

Alexandra Aguilera  
Alejandro Moraga

# ÍNDICE

- Introducción.
- Evaluación inicial.
- Signos y síntomas que abordamos.
- Objetivos del tratamiento fisioterápico.
- Tratamientos.

# INTRODUCCIÓN

El fin de esta exposición no es daros múltiples definiciones sobre la enfermedad, ni explicaciones imposibles sobre lo que ésta hace en vuestro interior. Es ofrecer una visión global de lo que la esclerosis múltiple os afecta en vuestro exterior y qué podemos hacer los profesionales para ayudaros a mitigar estos síntomas.

Además la sala de fisioterapia se convierte en un punto de encuentro en el que se intercambian las experiencias personales de cada afectado.

# Evaluación inicial.

Cuando un paciente llega a nosotros, inicialmente realizamos una evaluación general de su estado físico (tono muscular, rango articular, equilibrio,...), así como de otros aspectos que influyen en el desarrollo de su enfermedad.



# SIGNOS Y SÍNTOMAS QUE ABORDAMOS

- Fatiga.
- Alteraciones del equilibrio.
- Pérdida de fuerza muscular.
- Espasticidad.
- Alteraciones de la sensibilidad.
- Incontinencia urinaria y/o fecal.
- Alteración de la marcha.

# Objetivos del tratamiento fisioterápico.

Nuestro objetivo principal es mantener las aptitudes físicas del paciente para intentar mejorar su calidad de vida.

Para ello realizamos un tratamiento personalizado en función de las necesidades individuales, que junto con el resto de profesionales que se encuentran en la asociación, nos permite un abordaje global del paciente.

# Tratamientos (I)

- Cinesiterapia
- Masaje terapéutico
- Drenaje linfático manual
- Electroterapia.
- Estiramientos miotendinosos
- Ejercicios de equilibrio
- Reeducar de la marcha

# Tratamientos (II)

- Ejercicios de coordinación
- Utilizar diferentes métodos aceptados científicamente, como Bobath, Brunnstrom, Perfetti,...
- Ejercicios de reeducación vesical e intestinal
- Concienciar al paciente de la realización de ejercicios



# Tratamiento (III)

- Cinesiterapia:
  - Movilizaciones pasivas en todo su rango articular con la finalidad de mantener el arco de movimiento y evitar retracciones y anquilosis.
  - Movilizaciones activas, activas-asistidas y activas resistidas con la finalidad tonificar la musculatura y normalización del tono muscular.

Se utilizará unas, otras o ambas en función del estado del paciente o del objetivo que queramos conseguir.

# Tratamiento (IV)

- Masaje terapéutico con fin analgésico, circulatorio, descontracturante y/o estimulador de la musculatura.
- Drenaje linfático manual.
- Electroterapia analgésica y potenciadora, con el fin de aliviar dolores y aumentar el tono en grupos musculares hipotónicos, respectivamente.

# Tratamientos (V)

- Estiramientos miotendinosos para evitar las retracciones musculares.
- Ejercicios de equilibrio para mantener una estabilidad tanto estática como dinámica que le evite perder autonomía en las actividades de la vida diaria.
- Reeducar de la marcha en pacientes que la tengan alterada o en aquellos que se prevea un empeoramiento de ella, adelantándonos a los efectos negativos de una marcha anormal.

# Tratamientos (VI)

- Ejercicios de coordinación según el método Frenkel o Maloney, para disminuir los movimientos descoordinados.
- Utilizar diferentes métodos aceptados científicamente, como Bobath, Brunnstrom, Perfetti, ... que pretenden devolver al paciente la noción de su propio cuerpo y del entorno, mejorar la sensibilidad propioceptiva y esteroceptiva y, en general, adaptar el paciente a su nuevo estado físico.
- Ejercicios de reeducación vesical e intestinal mediante ejercicios de Kegel que enseñamos al paciente para que lo realizara en el hogar. De esta manera intentamos mejorar los síntomas de incontinencia urinaria y defecatoria que presentan muchos pacientes.
- También forma parte de nuestro trabajo concienciar al paciente de la realización de ejercicios en casa para no perder el trabajo realizado en la sala de fisioterapia, a la vez que aconsejar sobre determinadas acciones que pueden influir en el estado general del paciente.



**Hasta Pronto**