

Terapia Ocupacional en Reumatología

Valoración global del paciente

- o Actividades de la Vida Diaria (AVD)
- o Capacidad laboral.
- o Fatiga.
- o Calidad de vida.



Valoración extremidades

- o Dolor.
- o Movilidad articular.
- o Motricidad fina y gruesa.
- o Edema: Grado de inflamación.
- o Sensibilidad.



Intervenciones

- o Ejercicios activos.
- o Técnicas de **movilización articular y fortalecimiento progresivo.**
- o Aplicación de terapias para el dolor.

Objetivos del tratamiento

- o **Disminuir el dolor.**
- o Reducir el esfuerzo físico.
- o Ahorrar energía.
- o **Mantener la movilidad articular y la fuerza.**
- o Prevenir deformidades.
- o Optimizar el uso funcional de las articulaciones.

Recomendaciones generales

- o Realizar **pausas frecuentes.**
- o **Evitar posturas mantenidas y esfuerzos prolongados.**

Ayudas técnicas

- o Información y valoración de dispositivos para **facilitar las actividades cotidianas.**
- o Agarre amplio.
- o Ángulo adecuado para **evitar la sobrecarga en las manos.**
- o Menor consumo de energía.
- o Ligereza.



Una iniciativa de



Realizado por



Participan



Colaboradores y patrocinadores



Economía articular y Protección de Articulaciones

1- Técnicas de protección articular

- o Evitar esfuerzos excesivos.
- o Utilizar articulaciones grandes.
- o Evite agarrar fuertes o mantenidos en el tiempo.

2- Ahorro energético

- o Realizar pausas frecuentes y cambiar de postura.
- o Priorizar tareas importantes y delegar otras.

3- Uso correcto de las articulaciones

- o Evitar movimientos forzados.
- o Mantener posturas funcionales.



Uso de férulas y ortesis

Objetivos:

- o Estabilizar las articulaciones.
- o Disminuir el dolor y la inflamación.
- o Prevenir deformidades.

Recomendaciones:

- o Uso adecuado



Una iniciativa de



Realizado por



Participan



Colaboradores y patrocinadores

