

Rotación Clínica Osteomuscular

Las deficiencias de la columna vertebral se han convertido en el servicio de Fisioterapia de la Unidad de Salud en una de las patologías de mayor interconsulta y las que más gasto público generan en todos los ámbitos: familiar, ocupacional y de ocio. Al realizar una revisión de las interconsultas de mayor frecuencia durante los dos últimos semestres académicos (II-2013, I-2014), se reportó que el mayor porcentaje de pacientes remitidos a fisioterapia (72%), correspondió a dolor musculoesquelético asociado a sintomatología inflamatoria de la columna vertebral, siendo pacientes agudos las primeras 10 sesiones y volviéndose crónicos las siguientes, mermando la oportunidad de atención de otras patologías de rehabilitación por procesos postquirúrgicos.

En virtud del convenio docente asistencial, se pudo vislumbrar que los pacientes no seguían las recomendaciones propias del auto cuidado y eran reincidentes el 33% de usuarios con la misma patología.

Por tal motivo se hace necesario la creación de un programa educativo de ejercicio físico-terapéutico, impartido por estudiantes de último semestre de fisioterapia en el cual se realiza educación para el auto cuidado e higiene de columna, ejercicios de bajo impacto articular para la columna vertebral donde se combinan ejercicios de movilidad articular (cervical, dorsal, lumbar y de pelvis), técnicas de fortalecimiento de la zona abdomino-lumbar y ejercicios de flexibilización.

El programa está dirigido a los afiliados, beneficiarios de la unidad de salud y trabajadores de la unidad de salud, puede ingresar a él cualquier persona de cualquier grupo etareo, el programa está indicado para alteraciones de la columna tipo escoliosis, cifosis e hiperlordosis, desequilibrios musculares, artrosis, osteoporosis, hernias o protrusiones discuales, dolores y molestias de espalda crónicas.

Se pretende que el programa establezca información necesaria del auto-cuidado de la columna vertebral, creando nuevos estilos de vida a partir de la promoción y prevención, mediante la adquisición de conocimientos y prácticas saludables, el programa es impartido con un enfoque en salud, con la participación de un equipo interdisciplinario quien lo capacita, para identificar y combatir los factores de riesgos que le afectan, con el propósito de ayudarlo a reconocer los factores protectores que le permitan satisfacer sus necesidades de salud en el diario vivir y mejorar su funcionalidad en todas las esferas en las que se desempeña.