

Terapia Ocupacional en Reumatología

M. Cecilia Arribada M.

Unidad de Terapia Ocupacional del Complejo Hospitalario
San Borja-Arriarán

Las patologías reumáticas representan un porcentaje no despreciable de los ingresos a las unidades de Terapia Ocupacional en los servicios de rehabilitación. De éstas, la más numerosa es la artrosis (degenerativa) y luego, en un porcentaje importante, la artritis reumatoídea (enfermedad del tejido conectivo).

Cualquiera sea la patología reumática, todas tienen en común, como sabemos, la injuria del tejido músculo-esquelético, el dolor, la incapacidad funcional de grado variable, y cierto tipo de deformaciones características.

Estas enfermedades pueden comenzar de forma insidiosa, permitiendo a la persona adaptarse a ella con relativa paciencia, o comenzar en forma repentina y aguda, provocando un importante impacto en la vida de éstas, alterando su independencia, sus roles productivos y sociales; en resumen, alterando su ocupación y deteriorando la calidad de vida de las personas que las padecen.

Es así como la Terapia Ocupacional como parte del equipo multidisciplinario debe fomentar una mejor calidad de vida y lograr un desempeño ocupacional satisfactorio, rompiendo el ciclo negativo provocado por estas patologías que no ayuda al paciente a salir adelante (Figura 1).

Los objetivos generales de tratamiento serán:

- Mantener o incrementar la función.
- Mantener o incrementar la independencia en actividades de la vida diaria.
- Mantener posiciones funcionales cuando sea necesario (ortesis).
- Mantener y/o fomentar rutinas de vida y roles satisfactorios.
- Reeduación laboral.

Para lograr estos objetivos, se utilizarán actividades seleccionadas para mejorar la función (rangos y patrones de movimiento, resistencia a la fatiga, fuerza), confección de ortesis para mantener la alineación de articulaciones, disminuir el dolor y ayudar en la función y la educación del paciente en relación a su autocuidado, con técnicas de protección articular y conservación de la energía que le permitan, con algunas modificaciones o cambios, llevar a cabo sus ocupaciones en forma independiente y satisfactoria (Figura 2).