

REHABILITACION INTEGRAL

Fisioterapia durante y después de la Hipoterapia



Hipoterapia

Hipoterapia es:

Un tratamiento holístico Integral

Nada se mantiene inmóvil montando

La Hipoterapia podemos dividir en 3 gamas:



En Hipoterapia

Se trata a los pacientes sobre una base:

Neuro motriz (estimulación de movimientos)

Senso motriz (transmisión de simetría)

Sicomotriz (reduce miedos, aumenta la confianza)

Desde el punto de vista de la Fisioterapia se desarrollan dos metas para Hipoterapia, siempre con la meta de influir en la parte senso motriz, estos son:

- - **En problemas cerebrales:** la influencia de la parte senso motriz ocurre a un nivel subcortical o cortical, que afecta por ejemplo en el balance de la postura sentada
Los objetivos delante de estos problemas son:
- **a.-** Provocar reacciones posturales, con el paciente sentado y reacciones del equilibrio
- **b.-** Intentar estimular o mantener estas reacciones posturales.

- - **En problemas periféricos:** la influencia sensomotriz ocurre a nivel de espina dorsal. Un ejemplo sería la regularización del tono muscular en el brazo.
Los objetivos delante de estos problemas son:
- **a.-** Regularización del tono muscular
- **b.-** Fortalecimiento de músculos locales
- **c.-** Mejoramiento de la movilidad

Las metas de la Hipoterapia son:

- Mejorar el equilibrio y balance de la postura sentada
- La influencia de patrones de movimientos anormales, regulación del tono muscular
- Fortalecer la musculatura local
- Mejorar la movilidad, y
- Otras metas de la gama pedagógica, como problemas sensoriales y mentales

- Aprovechando los beneficios de la Hipoterapia trabajaremos con las **mismas metas en la Fisioterapia**. Por ejemplo con pelotas de gimnasia. La pelota nos da impulsos similares a los del movimiento del caballo. Podemos estimular la postura y reacciones del equilibrio.

- Además podemos estimular con la pelota de gimnasia los impulsos del movimiento para diversos cambios de postura. Por ejemplo el giro de boca arriba a boca abajo y/o a la inversa, aprender a incorporarse y promover con estos cambios la movilidad del paciente.

(En la parte práctica más ejemplos)

- **En la sesión de Fisioterapia después de la Hipoterapia**, se puede aprovechar que el paciente está relajado y se disminuyen sus patrones de movimientos anormales. Así que podemos intentar formar nuevos patrones de movimiento durante la terapia. Por ejemplo: extender la cadera, reeducar los movimientos disociados estáticamente o dinámicamente, o entrenamiento del equilibrio en nuevas posturas iniciales.

Reacciones del equilibrio en general

Por equilibrio entendemos el control estático y dinámico de la postura y el control de movimiento.

Las reacciones del equilibrio son necesarias para mantener o recuperar el centro de gravedad del cuerpo.

La base para un equilibrio normal:

- - Percepción adecuada
- - Mecanismo normal al mantener la postura (que es dirigido por los reflejos posturales)
- - Inervación recíproca

Distinguimos 3 maneras diferentes de reacciones al equilibrio

- Contra actividad selectiva: compensatorio, automático, cambio invisible del tono muscular
- Contrapeso apropiado: movimiento de balance visible para equilibrar la “carga” otra vez.
- Cambio de la bases de sustentación (reacciones de la protección)

Influencia de la percepción en las reacciones del equilibrio estático y dinámico

La percepción es un mecanismo complejo que influye significativamente en comportamiento del movimiento.

Los componentes individuales de la percepción son:

- Posición de las articulaciones y del cuerpo en el área o entorno
 - Sensación de la presión, contacto y temperatura
 - Movimiento del área de contacto referente al lugar donde se encuentra y a la persona.
Ejemplo: el movimiento transmitido por el caballo a la persona y en el espacio.
- Estos aspectos hacen posible tomar conciencia de la simetría, de la postura y del control del movimiento. No de forma aislada, sino influyéndose entre ellas.
 - Con la percepción cambiada y/o distorsionada se desvía el comportamiento del movimiento estándar.

Reacciones anormales del equilibrio con regulación del tono muscular patológico

- En la espasticidad, parálisis o coordinación alterada, lo primero que se pierde es la movilidad de la pelvis, que provoca también la pérdida de la función estabilizadora del tórax y como consecuencia perdemos las reacciones posturales estándar y el eje corporal.
- En la Hipoterapia y la Fisioterapia se recupera la movilidad de la pelvis y se promueve así la estabilidad del tórax.
- En problemas neurológicos de movimiento, el entrenamiento de la función estándar (la cabeza y la pelvis son móviles y el tórax estable), es la meta central de la terapia. Si el tórax no se consigue que sea estable es casi imposible tener una pelvis móvil y el desarrollo del movimiento selectivo de la extremidad es difícil.

Entrenamiento del equilibrio del tronco como:

- Provocación de reacciones del equilibrio por movimientos impulsivos rápidos de la extremidad - se entrena contra reacciones para estabilizar el tronco.
- Ejercicios del balance en un asiento estable (sin contacto del piso) como cambio de peso que se provocan reacciones adecuadas para mantener la postura.
- Ejercicios del balance en la pelota con el contacto del piso

PARTE PRACTICA

I. Ejercicios en la pelota

- Cambios de la postura
- Ejercicios de balance
- Ejercicios para fortalecer la musculatura
- Ejercicios para promover la movilidad por ejemplo de la columna o de la cadera





II. Reeducar nuevos patrones de movimiento

- Ejercicios bilaterales con los brazos por ejemplo: juego con la pelota.
- Movimientos disociados dinámicos por ejemplo: Gatear, Bicicleta, Subida de las escaleras, entre otros
- Estáticos: por Ejemplo diversas posiciones de salida tales como: postura de caballero





III. Promover la movilidad del paciente

Montando todo el cuerpo se mueve

- Cambio de la posición: Virarse, incorporarse y pararse.
- Estirado, reclinarse sobre los antebrazos para poder subir la cabeza y que una mano se convierta en la mano de juego.
- Gatear (La posición transversal sobre el caballo, es similar a gatear)





IV. Entrenamiento de caminar

Aprender es repetir

- Nos ayudamos con:
caminadores, férulas,
paralela.



V. Movilidad

- Movilización de las articulaciones
- Estiramiento de la musculatura para evitar contracturas



Fisioterapia durante la Hipoterapia



