# Fisioterapia respiratoria en el adulto mayor

# Introducción

La prevalencia de la patología respiratoria en el adulto mayor se sitúa entre un 10 y un 15%, siendo ésta responsable del 14% de los ingresos hospitalarios.

Los estudios científicos realizados en los últimos años sobre patología respiratoria y su tratamiento desde la vertiente de la fisioterapia han desembocado en una cantidad importante de avances que permiten gestionar de manera más eficaz el manejo de estos pacientes.

La fisioterapia respiratoria ha demostrado que siendo correctamente aplicada es capaz de mejorar la calidad de vida de estos pacientes, dismuyendo la fatiga y la disnea presentes y reduciendo el número de ingresos anuales.

Estos avances hacen evidente la necesidad de actualizar la formación en fisioterapia respiratoria en el adulto, en especial en el caso del adulto mayor, dada la alta prevalencia que se da en patología respiratoria en este sector de la población.  En este ámbito nuestros tratamientos son todavía muy desconocidos por los fisioterapeutas que se dedican, por lo que la formación se hace necesaria.

Se trata de un curso teórico-práctico enfocado fundamentalmente a la práctica clínica en todos los ámbitos asistenciales (centros geriátricos, hospitales y asistencia a domicilio). Pretende dotar al fisioterapeuta de aquellas herramientas más útiles para tratar a los pacientes geriátricos con patología respiratoria y ser capaz de solucionar las complicaciones que este paciente presenta.

# Objetivos

* Conocer las principales patologías respiratorias que presenta el adulto mayor.
* Saber realizar una valoración respiratoria adecuada que permita al fisioterapeuta escoger la técnica más adecuada en cada caso y en cada momento.
* Dotar al fisioterapeuta que trabaja con presonas de edad avanzada del conocimiento de las técnicas de fisioterapia respiratoria más útiles en estos pacientes.
* Conocer la evidencia científica disponible.

# Programa completo del curso

**MÓDULO 1. Envejecimiento respiratorio**

- Cambios anatómicos y fisiológicos

**MÓDULO 2. Patología respiratoria en el adulto mayor**

- Patologías respiratorias más comunes en el adulto mayor

- La insuficiencia respiratoria. Oxigenoterapia. Ventilación

- La comorbilidad en geriatría. La insuficiencia cardíaca

- El síndrome de apnea del sueño y el tratamiento con CPAP

**MÓDULO 3. Síndromes en geriatría y su influencia en el proceso de rehabilitación respiratoria**

- El síndrome de inmovilidad

- Aspectos motivacionales. La depresión en el anciano y en el paciente con patología respiratoria

**MÓDULO 4. Valoración en fsioterapia respiratoria**

- Valoración de la obstrucción bronquial. Auscultación respiratoria. Espirometría. Radiografía de tórax. Práctica

- Valoración de las secreciones

- Exploración física del tórax. Práctica

- Valoración de la tos. Práctica

- Valoración de la fuerza y resistencia de la musculatura respiratoria. Práctica

- Pruebas de esfuerzo submáximo. Preba de la marcha de los 6 minutos. Casos clínicos

- Escalas de valoración en patología respiratoria. Índice BODE. Casos clínicos

**MÓDULO 5. Técnicas de fisioterapia respiratoria**

- Aerosolterapia

- Técnicas manuales de drenaje de secreciones. Práctica. Casos clínicos

- Técnicas instrumentales de drenaje de secrecioens. Práctica. Casos clínicos

- Tratamiento de la tos ineficaz. Casos clínicos

- Las maniabros de inspiración resistida. Casos clínicos

- Técnicas de reeducación ventilatoria. Prácticas. Casos clínicos

- Técnicas de control ventilatori en la ABVD. Prácticas. Casos clínicos

- El paciente traqueostomizado. Casos clínicos

- Tratamiento en cirugía torácica. Inspirometria de incentivo. Casos clínicos

**MÓDULO 6. Reentrenamiento al esfuerzo**

- Entrenamiento periférico del paciente adulto con patología respiratoria

- Entrenamiento de la musculatura respiratoria. Práctica

- El paciente EPOC con insuficiencia cardíaca

- Entrenamiento en patología cardíaca

- Entrenamiento contínuo versus entrenamiento interválico

- Ansiedad. Técnicas de relajación. Práctica

**Profesora**
**Eva Pascual**

Graduada en Fisioterapia y doctorando en Fisioterapia Respiratoria
Colegiada 2565 por el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya
Postgrado y máster en Fisioterapia del Tórax
Fisioterapeuta e investigadora en el Hospital del Mar y Hospital de l'Esperança
Miembro de la comisión de Fisioterapia Respiratoria del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, del grupo de investigación en rehabilitación del Parc de Salut Mar y de la Unidad de Rehabilitación Respiratoria del mismo.
Colaboradora en la ruta MPOC litoral Mar

**Metodología**

El curso será teórico práctico con mayor incidencia en la parte práctica que se realizará entre los alumnos y a través de la presentación de casos clínicos.