



Consulta la buena práctica 

# TELE-REHABILITACIÓN PARA PERSONAS CON LESIÓN MEDULAR DURANTE EL CONFINAMIENTO

de





RED DE BUENAS  
PRÁCTICAS

RELACIONADAS CON EL MODELO AICP

# ÍNDICE

[Resumen](#)

[Justificación](#)

[Objetivos](#)

[Temporalización](#)

[Hitos](#)

[Recursos](#)

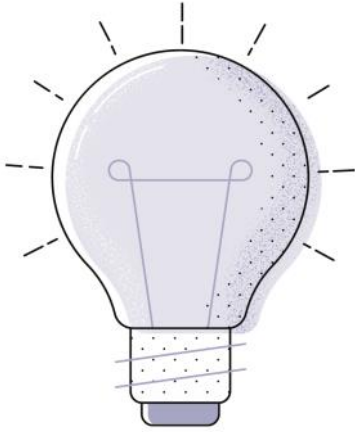
[Financiación](#)

[Alineación con los Objetivos del  
Desarrollo Sostenible \(ODS\)](#)

[Criterios de pertinencia](#)

# Tele-rehabilitación para personas con

# **LESIÓN MEDULAR**



## **RESUMEN**

En el marco de la pandemia global que obligó a cerrar los centros de apoyo a la dependencia y la discapacidad, la FLM creó una serie de contenidos accesibles tanto para sus usuarios como para quien pudiera necesitarlo. Ejercicios de fisioterapia, de terapia ocupacional, retos artísticos y culturales.

La experiencia de más de 20 años de recorrido transformada en sencillos tutoriales para mantener la forma física durante los meses más duros de 2020.

## **ÁMBITO DE ACTUACIÓN**

**Personalización, integralidad y coordinación:** Experiencias aplicadas de atención o de intervención que favorezcan la autonomía personal, la independencia funcional, el bienestar y la participación de las personas que tienen necesidad de apoyos.

**COVID-19:** se refiere a aquellas iniciativas que hayan nacido o se hayan tenido que ajustar específicamente en el marco de la pandemia.

## **PERSONAS BENEFICIARIAS**

Personas con discapacidad.

## **TIPO DE ACTIVIDAD**

Centros de día, transporte, ocio, cultura, deporte.

## **ÁMBITO TERRITORIAL**

Internacional.

## DESCRIPCIÓN DETALLADA

La FLM acogía, semanalmente, a casi 300 personas de manera ambulatoria en su servicio de rehabilitación especializada. Dentro de las medidas que se comenzaron a tomar en marzo de 2020, quedó claro que la viabilidad de una asistencia presencial era cercana a nula, aún sin conocer las características de la pandemia y las peculiaridades o las medidas sanitarias a tomar (y sin olvidarse de la carencia de material de protección, que estuvo fuera del alcance de todas las organizaciones durante semanas y semanas).

Reduciendo los servicios a la fisioterapia “de emergencia” y a la fisioterapia respiratoria para las personas de la residencia, con las pocas medidas de protección disponibles, los departamentos de terapia ocupacional y de fisioterapia comenzaron la creación de vídeos tratando, de manera fácil y accesible, las diferentes áreas de cinesiterapia y trabajo en actividades de la vida diaria para llevar hasta los hogares de las personas con lesión medular adscritas a nuestro centro una posibilidad de realizar una “rehabilitación de mantenimiento” durante el periodo en el cual la actividad presencial no fuera posible.

## JUSTIFICACIÓN DE LA INICIATIVA

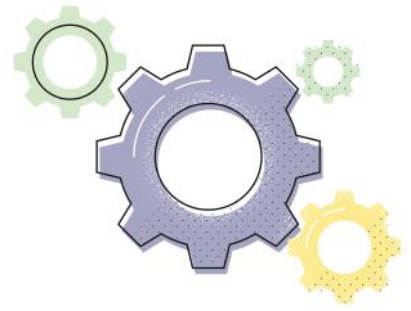
Las distintas órdenes promovidas por las autoridades competentes en el periodo justifican la necesidad de ofrecer servicios telemáticos para aquellas plazas concertadas, más allá del seguimiento básico del estado general de la persona.

Un programa de telerehabilitación factible para un uso continuado independiente de la situación sanitaria global precisaría de un sistema automático e instantáneo de feedback; no obstante, la escasez de recursos materiales provocó que todos los recursos económicos se destinaran a paliar la escasez material en relación a los equipos de protección individual.

El uso de la plataforma de vídeos YouTube supuso una internacionalización no planificada de los contenidos propuestos, abriendo la misión de promover las movilizaciones y el ejercicio de mantenimiento para las personas con algún tipo de diversidad funcional a otras patologías que, habitualmente, no se tratan en la FLM.

## COVID-19

La situación generada por el COVID19 es la principal causa de esta iniciativa; no obstante, se está estudiando su continuidad para futuras situaciones que, si bien no revisten la misma gravedad, pueden suponer aislamientos específicos.



## OBJETIVOS

Promover la autonomía personal y el trabajo propio en el mantenimiento de la salud.

Educar a los propios pacientes sobre la necesidad del tratamiento rehabilitador de mantenimiento.

Proveer de técnicas y recursos para poder realizar ejercicio de manera segura en el domicilio en situaciones de aislamiento.

Claves...



# TEMPORALIZACIÓN

Fecha de Inicio: Marzo 2020 / Junio 2020

## RECURSOS

- Fisioterapeutas / Terapeutas Ocupacionales.
- Teléfono móvil con cámara de calidad.
- Ordenador para procesamiento y edición de vídeo.
- Plataforma propia o comercial de terceros para difusión.

## FINANCIACIÓN

Recursos propios.

## ALIENACIÓN CON ODS

Acabar con la pobreza		Reducción de las desigualdades	
Hambre cero		Ciudades y comunidades sostenibles	
Salud y bienestar	✓	Producción y consumo responsables	
Educación de calidad		Acción por el clima	
Igualdad de género		Vida submarina	
Agua limpia y saneamiento		Vida de ecosistemas terrestres	
Energía asequible y no contaminante		Paz, justicia e instituciones solidarias	
Trabajo decente y crecimiento económico		Alianzas para lograr los objetivos	
Industria, innovación e infraestructura		No procede / No aplica	

# Coherencia con los

# PRINCIPIOS DEL MAICP



## Principio de Autonomía

*Se promueve la capacidad de autogobierno de las personas y su derecho a tomar sus propias decisiones acerca de su plan de vida, así como a que sus preferencias sean atendidas, también cuando presentan situaciones de gran dependencia, pudiendo hacer elecciones entre diferentes alternativas.*

Facilita a las personas un control sobre su tratamiento (momento, lugar, duración e intensidad). Trabaja las capacidades personales para mejorar el estado general y fomentar la autonomía personal, paliando situaciones derivadas de trastornos neurológicos adquiridos en aras de la inclusión y la accesibilidad.

## Principio de Individualidad

*Se reconoce que cada persona es única y diferente del resto, por tanto, las actuaciones responden a criterios de personalización y flexibilidad.*

Permite la adaptación personalizada de los ejercicios y las prácticas a las características únicas e inherentes a cada persona, en el grado de intensidad necesario.

## Principio de Independencia

*Se reconoce que todas las personas poseen capacidades que deben ser identificadas, reconocidas y estimuladas con el fin de que, apoyándonos en ellas, se puedan prevenir o minimizar las situaciones de discapacidad o de dependencia.*

Apoya la individualidad y fomenta el tratamiento de los efectos secundarios de una discapacidad, trabajando en la autonomía personal para la realización de actividades básicas de la vida diaria y actividades instrumentales de la vida diaria necesarias para alcanzar una independencia y un nivel de percepción de la calidad de vida óptimo en las personas con discapacidad.

## Principio de Integralidad

*Se contempla a la persona como un ser multidimensional en el que interactúan aspectos biológicos, psicológicos y sociales entendidos como una globalidad a la hora de actuar con las personas. Para garantizar la actuación óptima en todos estos ámbitos, el conjunto de recursos sociosanitarios y de otros sectores deben planificarse, diseñarse y organizarse, no con el eje puesto en los servicios, sino girando alrededor de las personas para que la atención y los apoyos lleguen de manera integrada a quienes los precisan.*

Trabaja las necesidades personales (físicas, instrumentales, sociales, culturales) de una manera interdisciplinar con los medios y teniendo en cuenta los intereses personales.

# Coherencia con los

# PRINCIPIOS DEL MAICP



## **Principio de Participación**

*Se reconoce que las personas tienen derecho a participar en la elaboración de sus planes de atención y de apoyo a su proyecto de vida. Y también a disfrutar en su comunidad, de interacciones sociales suficientes y gratificantes y acceder al pleno desarrollo de una vida personal y social plena y libremente elegida.*

Facilita a las personas un control sobre su tratamiento (momento, lugar, duración e intensidad). Fomenta la elección de ejercicios adecuados para el momento concreto, pudiendo establecer un tratamiento individual o en grupo (mediante medios telemáticos) a libre elección de cada persona.

## **Principio de Inclusión Social**

Se reconoce que las personas deben tener la posibilidad de permanecer y participar en su entorno, disfrutar de interacciones positivas y variadas y tener acceso y posibilidad de acceder y gozar de los bienes sociales y culturales.

Continúa, aunque no en su totalidad, con el apoyo y los servicios y/o tratamientos recibidos en la FLM de manera multidisciplinar.

---



# Coherencia con los

# **CRITERIOS COMPLEMENTARIOS**



## **Criterio de Innovación**

*Desde la experiencia se plantean cambios con respecto a los modelos tradicionales de atención o se cuestionan los enfoques clásicos relacionados con la imagen de las personas o con el modo de desarrollar intervenciones o actuaciones.*

Introduce la rehabilitación especializada en lesión medular de manera telemática por primera vez.

## **Criterio de Transferibilidad**

*La experiencia contiene elementos y características que facilitan su generalización, replicabilidad o adaptación.*

Su traslado y adaptación a otras patologías y/o destinatarios es muy fácil y factible, siguiendo el ejemplo concreto.

# Coherencia con los

# CRITERIOS COMPLEMENTARIOS



## **Criterio de Evaluación y Resultados**

*La experiencia cuenta con un sistema de evaluación y medición de resultados sobre:*

- *Efectividad y cumplimiento de objetivos*
- *Impacto social*
- *Sostenibilidad y viabilidad técnica y económica*

### **¿Cómo ha evaluado los resultados de su experiencia?**

El feedback ha resultado positivo, tanto en su impacto en redes sociales como en los seguimientos monitorizados en la plataforma específica de gestión.

### **¿Qué resultados se han obtenido?**

La evaluación a la reincorporación al centro (en aquellos casos que se ha producido) evidencia menor degradación de la esperada por la realización de ejercicios de autocinesiterapia en casa.

### **Con respecto al COVID-19 ¿qué resultados se han obtenido con la puesta en práctica de la experiencia en relación a la pandemia?**

Han permitido permanecer en contacto y en seguimiento para la recuperación rápida de los tratamientos, a la vez que se paliaban los sentimientos de aislamiento, confinamiento y soledad en aquellas personas más afec-

¿Qué es la

# RED DE BUENAS PRÁCTICAS

## RELACIONADAS CON LA AICP?

La **Red de Buenas Prácticas relacionadas con el Modelo de Atención Integral y Centrada en la Persona** es un proyecto promovido y gestionado por la Fundación Pilares para la Autonomía Personal mediante el que pretendemos recopilar, sistematizar y divulgar buenas prácticas en coherencia con el modelo AICP.

Con esta Red, que pusimos en marcha en 2012, se pretende poner en valor el trabajo de muchas entidades que desarrollan experiencias que constituyen buenas prácticas y así, favorecer el **aprendizaje, intercambio y cooperación** entre organizaciones, proveedores de servicios públicos y privados, profesionales e investigadores, con el objetivo de contribuir a la mejora de la calidad de vida de personas en situación de dependencia y al avance del modelo.

En su **catálogo** se muestran **167 experiencias** que pueden transferirse a otros lugares. En el sitio de la Red existe también un repositorio de **“Materiales útiles”** puestos a disposición en el que pueden descargarse **401 documentos y publicaciones**.

Es una Red abierta a la que pueden sumarse entidades y/o profesionales del sector del envejecimiento y la discapacidad en alguna de estas dos modalidades:

- Miembros de la RED: proyectos considerados Buena Práctica.
- Amigas y amigos de la RED: personas interesadas en conocer más sobre el modelo AICP.

*Se han adherido ya más de 900 profesionales y entidades*

Cuenta con el apoyo económico del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad a través de la subvención con cargo al 0,7 del IRPF.

\* Consulta nuestra Red de Buenas Prácticas en [www.fundacionpilares.org/modeloyambiente](http://www.fundacionpilares.org/modeloyambiente)



La Fundación Pilares para la autonomía personal es una entidad sin ánimo de lucro, de ámbito estatal, que tiene como objetivo **el bienestar, la dignidad y la autonomía de las personas mayores o en situación de dependencia, así como sus familias.**

