



Visite [www.paralysis.org](http://www.paralysis.org); la página web de la Fundación de Christopher y Dana Reeve.

## **Rehabilitación**

¿Cómo se elige el ambiente de rehabilitación correcto una vez que la persona lesionada ha superado la etapa más temprana o aguda de la parálisis o de la enfermedad? Aunque las instalaciones más cercanas pueden resultar las más cómodas y pueden ofrecer muchas ventajas en términos de apoyo de la familia y los amigos, quizás no ofrezca el nivel de servicio que se requiere con ciertas lesiones o enfermedades complejas.

Éstas son algunas preguntas a tener en cuenta: ¿La institución tiene experiencia con el diagnóstico o la afección específica? Habitualmente, cuantos más pacientes trata una institución, mayor será el nivel de experiencia del personal. ¿El lugar está acreditado (es decir, cumple estándares de atención profesionales para sus necesidades específicas)?

En general, es preferible una institución con experiencia acreditada a un programa general de rehabilitación. Por ejemplo, una acreditación por parte de la Comisión de Acreditación para Rehabilitación (*Rehabilitation Accreditation Commission*, CARF) para lesiones en la médula espinal indica que la institución satisface un nivel mínimo estándar de atención. Los programas buscan conseguir acreditación CARF cuando consideran que sus programas son excepcionales.

CARF promueve servicios impulsados por los resultados, basados en valores, para personas con discapacidades producidas por enfermedades o lesiones. La acreditación CARF es importante para la atención de rehabilitación con financiación tanto privada como pública.

Otro aspecto de una buena rehabilitación es la amplitud y calidad del personal profesional disponible.

Entre las profesiones que puede esperar hallar en un equipo de rehabilitación están:

### **Fisiatra**

Un fisiatra es un médico especializado en medicina física y rehabilitación. Los fisiatras tratan una amplia variedad de problemas, desde dolores de hombros hasta lesiones en la médula espinal. Tratan dolor agudo y crónico y trastornos musculoesqueléticos. Pueden atender a una persona con dolor de espalda, a un atleta con una torcedura en el tobillo o a una mecanógrafa con síndrome de túnel carpiano.

Los fisiatras coordinan el proceso de rehabilitación a largo plazo para pacientes con lesiones en la médula espinal, cáncer, accidentes cerebrovasculares u otros trastornos neurológicos, lesiones cerebrales, amputaciones y esclerosis múltiple.

Un fisiatra debe completar cuatro años de educación médica de grado y cuatro años de capacitación en una residencia de posgrado. La residencia incluye un año dedicado a desarrollar habilidades clínicas fundamentales y tres años de capacitación en el ámbito completo de la especialidad.

### **Enfermero de Rehabilitación**

Los enfermeros con capacitación especial en principios de rehabilitación y restauración trabajan en colaboración con el resto del equipo de rehabilitación para resolver problemas y manejar cuestiones médicas complejas. Los enfermeros de rehabilitación son expertos en problemas de vejiga, intestino, nutrición, dolor, integridad de la piel, respiración, cuidado personal, coordinación de regímenes médicos y otros problemas relacionados. Proporcionan educación continua a los pacientes y a sus familias, fijan objetivos de independencia máxima y establecen planes de atención para mantener un bienestar óptimo.

Los enfermeros de rehabilitación comienzan a trabajar con los pacientes y su familia poco después del inicio de una lesión incapacitante o de una enfermedad crónica y siguen proporcionando apoyo después del regreso a la casa, el trabajo o la escuela. De acuerdo con la Asociación de Enfermeros de Rehabilitación, la "atención de enfermería para rehabilitación" es una filosofía de atención, no una situación de trabajo o una etapa de tratamiento. Los enfermeros de rehabilitación asumen un enfoque holístico para satisfacer las necesidades médicas, vocacionales, educativas, ambientales y espirituales de los pacientes.

### **Terapeuta Ocupacional**

Un terapeuta ocupacional (TO) cuenta con habilidades para ayudar a las personas a aprender, o a volver a aprender, las actividades cotidianas necesarias para alcanzar su máxima independencia. Los TO ofrecen programas de tratamiento para ayudar con el baño, vestirse, la preparación de comidas, la limpieza de la casa, la participación en actividades artísticas y manualidades o en jardinería. Ellos hacen recomendaciones y ofrecen entrenamiento en el uso de equipos de adaptación para suplantar funciones perdidas.

Los TO también evalúan los ambientes domiciliarios y laborales y hacen recomendaciones para adaptaciones. También guían a los miembros de la familia y cuidadores con respecto a métodos seguros y eficaces para atender a los pacientes. La terapia ocupacional no sólo ayuda a restaurar habilidades físicas básicas sino que también facilita el contacto con la comunidad fuera del hospital.

### **Fisioterapeuta**

Los fisioterapeutas tratan discapacidades producidas por alteraciones motoras y sensoriales. Su objetivo es ayudar a las personas a aumentar su fortaleza y resistencia, a mejorar la coordinación, a reducir la espasticidad, a mantener los músculos de los miembros paralizados, a proteger la piel contra escaras por presión y a aumentar el control de la función de la vejiga y el intestino.

Los fisioterapeutas también enseñan a las personas con parálisis métodos para el uso de dispositivos de asistencia como sillas de ruedas, bastones o soportes. Además de ejercicios y tratamientos "en la práctica", ellos también educan a las personas para que se ocupen de sí mismos. Los fisioterapeutas también pueden trabajar con las articulaciones y mantener el rango de movimiento. Utilizan, además, métodos como el ultrasonido (que utiliza ondas de alta frecuencia para producir calor), compresas calientes y hielo.

Otros terapeutas que se deben encontrar en una unidad de rehabilitación incluyen:

**Terapeutas de recreación**, que ayudan a las personas a descubrir la amplia variedad de opciones de recreación disponibles en su comunidad.

**Terapeutas vocacionales**, que ayudan a las personas a evaluar sus habilidades laborales y a trabajar con las agencias estatales de rehabilitación o con otras agencias para obtener equipos, capacitación y colocación.

Muchas instituciones de rehabilitación tienen expertos en asientos y en la tracción de posiciones para asistir a las personas a seleccionar la mejor silla de ruedas, el mejor cojín y la posición más adecuada.

La mayoría de las instituciones cuentan con psicólogos de rehabilitación que asisten a las personas con los cambios en su vida, a menudo drásticos, posteriores a una enfermedad o a un traumatismo.

La orientación sexual y la familiar están integradas a la mayoría de los programas de rehabilitación, con el fin de ayudar a los pacientes a comprender mejor la función sexual, la planificación familiar, etc.

*Fuentes: Asociación Estadounidense de Terapia Ocupacional (American Occupational Therapy Association), Asociación Estadounidense de Fisioterapia (American Physical Therapy Association), Academia Estadounidense de Medicina y Rehabilitación Física (American Academy of Physical Medicine and Rehabilitation), Comisión de Acreditación para Rehabilitación (Rehabilitation Accreditation Commission), Asociación de Enfermeros de Rehabilitación (Association of Rehabilitation Nurses)*

## **Páginas Web Para Elegir un Centro de Rehabilitación**

<http://www.naric.com/?q=es/paginaprincipal>

### **Centro Nacional de Información sobre la Rehabilitación**

El Centro Nacional de la Información sobre la Rehabilitación (NARIC) es la biblioteca del Instituto Nacional sobre la Investigación de la Discapacidad, Vida Independiente, y Rehabilitación (NIDILRR). Ellos difundimos los artículos, informes, planes de estudio, y otras

publicaciones y productos de los proyectos de investigación fundidos por NIDILRR. NIDILRR financia más de 250 proyectos cada año que conducen investigaciones sobre una amplia gama de temas incluyendo la tecnología, rehabilitación, la salud y la función, la vida independiente, y la creación de capacidades.

<http://www.msktc.org/sci/model-system-centers> (Elegir español en botón superior derecho)

### **Model Systems Knowledge Translation Center (MSKTC)**

#### **Centro Modelo de Sistemas de Traducción de Conocimiento**

La página del MSKTC provee un listado de los 14 centros modelo en los Estados Unidos para rehabilitación tras una lesión medular. También proporciona información y recursos sobre traumatismos cerebrales, lesiones de la médula espinal y por quemaduras.

<http://es.uhealthsystem.com/enciclopedia-medica/pmr/choose>

#### **Selección de una Unidad de Rehabilitación/ CARF**

<http://www.portalamlar.org/>

#### **Sociedad Médica Latinoamericana de Rehabilitación**

Es una Institución de carácter científico sin ánimo de lucro, con personalidad jurídica, que agrupa a las Sociedades Médicas y a especialistas en Medicina de Rehabilitación de Latinoamérica. Cuenta con recursos informativos y lista de asociaciones y sociedades en países latinoamericanos.

*Debajo hay una lista de recursos disponibles para ayudarle a elegir un centro de rehabilitación para un niño:*

<http://es.shrinershospitalsforchildren.org/17h/lugares>

#### **Shriners' Hospital for Children: Locations**

#### **Hospital de Niños Shriners: Lugares**

Elija “Lista por Especialidad” para ver la ubicación de los 3 centros de rehabilitación para la lesión de la médula espinal.

### **Páginas Web Para Elegir un Centro de Rehabilitación (En Inglés)**

[www.carf.org/](http://www.carf.org/)

#### **Commission on Accreditation of Rehabilitation Facilities (CARF)**

#### **Comisión Acreditadora de Centros de Rehabilitación**

4891 E. Grant Road

Tucson, AZ 85712

Teléfono: (520) 325-1044 o gratis al (888) 281 6531 voz/TTY

Correo Electrónico: [medical@carf.org](mailto:medical@carf.org)

Fundada en 1966, la Comisión de Acreditación para Instituciones de Rehabilitación es una entidad independiente sin fines de lucro que fomenta la calidad, el valor y óptimos resultados de

los servicios a través de un proceso de consultas de acreditación que hace foco en mejorar la vida de las personas que reciben los servicios. CARF establece estándares con enfoque en el paciente. Actualmente, CARF ha acreditado a más de 3,500 organizaciones en los EE. UU e internacionalmente en las áreas de Servicios Diurnos para Adultos, Vida con Asistencia, Comportamiento Saludable, Servicios de Empleo y Comunitarios y Rehabilitación Médica. CARF desarrolla y mantiene estándares prácticos y relevantes de calidad para dichos programas.

Comuníquese con CARF para encontrar el centro de rehabilitación acreditado más cercano. Le podrán proveer información sobre centros acreditados para lesiones medulares, lesiones cerebrales, control del dolor y más. En la página web puede buscar programas por estado o país. Oprima a continuación <http://carf.org/advancedProviderSearch.aspx> y escoja el tipo de búsqueda que desea según el trastorno.

<http://www.carf.org/Programs/CARFCanada/>

### **CARF Canadá**

501-10154, 104 St NW  
Edmonton, AB T5J 1A7, Canada  
Teléfono: 888-281-6531 (Línea gratuita)  
TTY: 520-495-7077

1 Yonge St, Suite 1801  
Toronto, ON M5E 1W7, Canada  
Teléfono: 888-281-6531 (Línea gratuita)  
TTY: 520-495-7077

<http://www.healthgrove.com/>

### **HealthGrove**

Ofrece un sistema de clasificación para los centros de rehabilitación. Vaya a la sección de “Facilities & Providers” (Centros y Proveedores) y haga clic en “Rehabilitation Hospitals” (Hospitales de Rehabilitación). Usted puede agregar filtros como su área geográfica y/o especialización (como la lesión de la médula espinal).

<http://www.naric.com/sites/default/files/rw0809-10.pdf>

### **National Rehabilitation Information Center: Spinal Cord Injury Model Systems Centro Nacional de la Información Sobre la Rehabilitación: Los Sistemas Modelo de la Lesión de la Médula Espinal.**

El Instituto Nacional para la Investigación de la Discapacidad y Rehabilitación (NIDRR, por sus siglas en inglés) finanza 14 Centros Modelos de la Lesión de la Médula Espinal en los Estados Unidos. Los Centros Modelos de la LME en todos los Estados Unidos trabajan juntos para demostrar una mejora en el cuidado, mantener una base de datos nacional, participar en investigaciones independientes y colaborativas, y proporcionar educación continua relacionada a la lesión de la médula espinal. Los proyectos están actualmente ubicados en los siguientes estados: Alabama, California, Colorado, Florida, Georgia, Illinois, Kentucky, Massachusetts, Michigan, Nueva Jersey, Pennsylvania, y Washington.

[http://www.shepherd.org/files/wysiwyg/file/Choosing%20Rehabilitation%20SCI\(3\).pdf](http://www.shepherd.org/files/wysiwyg/file/Choosing%20Rehabilitation%20SCI(3).pdf)

### **Shepherd Center’s Factsheet: Spinal Cord Injury—Questions to Ask When Selecting a Rehabilitation Program**

**Hoja de Datos del Centro Shepherd: Lesión de la Médula Espinal— Que Preguntar al Elegir un Programa de Rehabilitación**

[http://www.shepherd.org/files/wysiwyg/file/Choosing%20Rehabilitation%20ABI\(3\).pdf](http://www.shepherd.org/files/wysiwyg/file/Choosing%20Rehabilitation%20ABI(3).pdf)

**Shepherd Center's Factsheet: Acquired Brain Injury—Questions to Ask When Selecting a Rehabilitation Program**

**Hoja de Datos del Centro Shepherd: Traumatismo Cerebral— Que Preguntar al Elegir un Programa de Rehabilitación**

<https://www.nscisc.uab.edu/sci-model-systems.aspx>

<http://www.uab.edu/medicine/sci/component/content/article/17-uab-scims-information/uab-scims-information/25-sci-model-systems-of-care>

**Spinal Cord Injury Information Network: SCI Model Systems 2011-2016**

**Red de Información sobre la Lesión de la Médula Espinal: Sistemas de Modelo LME 2011-2016**

Esta página web tiene descripciones de los 14 centros modelos de la LME en los E.E.U.U.

*Debajo hay una lista de recursos disponibles para ayudarle a elegir un centro de rehabilitación para un niño:*

<http://pedibrain.org/>

**Pediatric Brain & Spinal Cord Injury Program**

**Programa Pediátrico de Lesión del Cerebro y Médula Espinal**

Teléfono: 305-252-9192

Correo electrónico: [contact@pedibrain.org](mailto:contact@pedibrain.org)

Un programa de la Escuela de Medicina Miller de la Universidad de Miami.

[www.spinalcordrecovery.org](http://www.spinalcordrecovery.org)

**International Center for Spinal Cord Injury (ICSCI) at Kennedy Krieger Institute**

**Centro Internacional de la Lesión de la Médula Espinal en el Instituto Kennedy Krieger**

707 North Broadway

Baltimore, MD 21205

Teléfono: 443-923-9200

Correo electrónico: [info.sci@spinalcordrecovery.org](mailto:info.sci@spinalcordrecovery.org)

El Centro Internacional de la Lesión de la Médula Espinal (ICSCI, por sus siglas en inglés) en el Instituto Kennedy Krieger fue fundado en la filosofía que los individuos con parálisis siempre pueden tener la esperanza de recuperar sensación, función, movilidad, e independencia, meses e inclusive años después de su lesión. Para maximizar este potencial de recuperación, ICSCI ofrece un programa de terapia intensivo y supervisado médicamente con un enfoque único en la Terapia Restaurativa Basada en la Actividad. ICSCI fue uno de los primeros centros en el mundo en combinar la investigación innovadora con un enfoque terapéutico en la restauración y rehabilitación en ambos niños y adultos con lesiones y trastorno crónicos y graves de la médula espinal, incluyendo individuos que requieren el uso de un ventilador. Ellos ofrecen un programa intrahospitalario para personas de menos de 22 años de edad, programas ambulatorios para todas las edades, y han sido acreditados por la Comisión Acreditadora de los Centros de Rehabilitación (CARF). La mayoría de planes de seguro de salud son aceptados.

<http://carf.org/advancedProviderSearch.aspx>

**CARF (Commission on Accreditation of Rehabilitation Facilities)**

**CARF (Comisión Acreditadora de Centros de Rehabilitación)**

Debajo de “Age Group” (Grupo de Edades) usted puede hacer clic en “Children and Adolescents” (Niños y Adolescentes) o “Pediatric Specialty Program” (Programa Pediátrico Especializado).

## **Páginas sobre rehabilitación (En Inglés)**

[www.aapmr.org/](http://www.aapmr.org/)

**The American Academy of Physical Medicine and Rehabilitation**

**La Academia Estadounidense de la Medicina Física y Rehabilitación**

La página de la Academia Americana de Medicina Física y Rehabilitación abarca más de 6,400 médicos especialistas e incluye un directorio por estado.

[www.acrm.org/](http://www.acrm.org/)

**The American Congress of Rehabilitation Medicine**

**Congreso Estadounidense de Medicina de Rehabilitación**

[www.aota.org/](http://www.aota.org/)

**American Occupational Therapy Association (AOTA)**

**Asociación Estadounidense de Terapia Ocupacional**

[www.apta.org/](http://www.apta.org/)

**American Physical Therapy Association (APTA)**

**Asociación Estadounidense de Fisioterapia**

[www.rehabnurse.org/](http://www.rehabnurse.org/)

**Association of Rehabilitation Nurses**

**Asociación de Enfermeros de Rehabilitación**

La Asociación de Enfermeros de Rehabilitación acredita enfermeros y fomenta la filosofía de atención.

<http://restartrecovery.org/>

**Association of Rehab Nurses: ReStart**

**Asociación de Enfermero de Rehabilitación: ReStart**

Esta página web fue creada por enfermeros de rehabilitación que entienden las necesidades especiales de las personas que viven con UN traumatismo grave, enfermedad crónica, o discapacidad. La rehabilitación proporciona un método completo para el tratamiento y cuidado a largo plazo para las personas en su camino a la recuperación.

Esta página web cubre lo que se puede esperar cuando está en un centro de rehabilitación, incluyendo la transición al salir del centro y varias consideraciones financieras y legales.

Vea el folletos “Making the Right Decision for Rehabilitation Care” (Tomado la Decisión correcta para el Cuidado de Rehabilitación) también para más información

sobre la rehabilitación intrahospitalaria versus las opciones de cuidado en casa. El folleto puede ser visto debajo:

[http://restartrecovery.org/uploads/ARN\\_Consumer\\_Trans\\_Brochure\\_final.pdf](http://restartrecovery.org/uploads/ARN_Consumer_Trans_Brochure_final.pdf)

<http://calder.med.miami.edu/pointis/>

### **RehabTeamSite / PoinTIS**

Este sistema de información en equipo es una página que le brinda información abarcadora sobre rehabilitación para lesiones medulares y cerebrales a proveedores de atención de salud, los pacientes y sus familiares. Disponible a lo largo de todo el tratamiento del paciente, con guías, literatura y más.

<http://www.nationalrehab.org>

### **National Rehabilitation Association (NRA)**

#### **Asociación Nacional de la Rehabilitación**

No mucho después de que el Congreso pasara la Ley Nacional de Rehabilitación de 1920, la Asociación Nacional de Rehabilitación comenzó su compromiso con las personas discapacitadas. Como el defensor de los derechos de los discapacitados más fuerte y antiguo, la misión de la NRA es brindar apoyo legal, concientizar y ayudar el avance profesional de aquellos en el área de rehabilitación. Los miembros incluyen consejeros, logopedas, terapeutas físicos y ocupacionales, entrenadores vocacionales, instructores de vida independiente y otros profesionales que se desempeñan en la lucha legal de programas y servicios para personas con discapacidades.

**Si desea información sobre terapia basada en ejercicio o centros de ejercicio para personas con discapacidades una vez que la persona se encuentra médicamente estable, pida la hoja de datos sobre ejercicios de la Fundación Reeve.**

**La información mencionada en este mensaje es presentada con el propósito de educarle e informarle sobre la parálisis y sus efectos. Nada mencionado en este mensaje debe ser tomado como un diagnóstico o tratamiento médico. No debe reemplazar las instrucciones de su doctor o proveedor de salud. Si tiene preguntas sobre su salud por favor llame o visite a su doctor o proveedor de salud calificado inmediatamente. Siempre consulte con su doctor o proveedor de salud antes de comenzar un nuevo tratamiento, dieta o programa de bienestar. Nunca reemplace los consejos de su doctor o deje de buscar atención médica por algo mencionado en este mensaje.**

Este proyecto ha sido patrocinado en parte por la subvención número 90PR3002, de la Administración para Vida en Comunidad de los Estados Unidos, Departamento de Servicios de Salud y Humanos, Washington, D.C. 20201. Los concesionarios que realizan proyectos bajo el



patrocinio del gobierno son alentados a expresar libremente sus hallazgos y conclusiones. Los puntos de vista u opiniones, por lo tanto, no representan necesariamente las normas oficiales de la administración Para la Vida en Comunidad.