

I Curso de adiestramiento en técnicas de fisioterapia respiratoria para pacientes afectados de ASMA

Madrid, de abril a junio de 2009

**Fisioterapeuta:
Silvia Córdoba Fuente**

**Organizado por Asmamadrid.
Con la colaboración de Fundación AstraZeneca**



I CURSO DE ADIESTRAMIENTO EN TÉCNICAS DE FISIOTERAPIA RESPIRATORIA PARA PACIENTES AFECTADOS DE ASMA.

1.- CONOCER EL ASMA. LA PRINCIPAL HERRAMIENTA PARA MEJORAR TU CALIDAD DE VIDA.

Fecha: 16/04/2009

Hora: 17:30 – 19:30 horas

Lugar de celebración: Parque Empresarial Parque Norte

Salas del Parque (para acceder a las salas preguntar por Cristina Álvarez de
Laboratorios AstraZeneca)

Dirección: C/ Serrano Galvache N° 56, 28033 Madrid.

Metro: Pinar de Chamartín

Autobuses: 129, 150.

Contenidos:

- Asma. Definición y características generales.
- Implicaciones de la fisioterapia en el campo de las enfermedades respiratorias crónicas.
- Breve repaso anatómico del aparato respiratorio.
- Mecánica ventilatoria normal y patológica.
- Trabajo práctico de reeducación ventilatoria:
 - Movilización abdominal
 - Sincronismo nariz-boca
 - Respiración abdominodiafragmática
 - Expansiones costales

Debate.

2.- CONTROL DE LOS SÍNTOMAS DEL PACIENTE ASMÁTICO EN FASE ESTABLE.

Fecha: 27/04/2009

Hora: 17:30 – 19:30 horas

Lugar de celebración: Hospital Universitario La Paz (Madrid)

Metro: Begoña

Contenidos:

- Disnea.
 - Definición y características generales
 - Evaluación del grado de disnea de los asistentes (Escala de disnea).
 - Tratamiento de la disnea: Programas de rehabilitación pulmonar.
- Tos y expectoración.
 - Definición y características generales
 - Utilidad de la tos
 - Trabajo práctico: La tos asistida.
 - Nociones básicas sobre el uso de humidificadores.
 - Importancia de la eliminación de secreciones.
 - Trabajo práctico: Técnicas específicas para la eliminación de secreciones
- Rigidez torácica.
 - Definición y características generales.
 - Evaluación de la elasticidad torácica y tipo de tórax de los asistentes
 - Trabajo práctico: Ejercicios de movilización torácica combinados con respiración.

Debate.

3.- AUTOCONTROL DE LAS CRISIS ASMÁTICAS.

Fecha: 19/05/2009

Hora: 17:30 – 19:30 horas

Lugar de celebración: Parque Empresarial Parque Norte

Salas del Parque (para acceder a las salas preguntar por Cristina Alvarez de Laboratorios AstraZeneca)

C/ Serrano Galvache, 56

28033 Madrid

Metro: Pinar de Chamartín

Autobuses:129, 150.

Contenidos:

- Repaso de las principales características del asma.
- Crisis. Definición y características generales.
- Reconocimiento precoz de los síntomas.
- Inhaladores de rescate.
 - Breve descripción de la acción farmacológica
 - Trabajo práctico: Adiestramiento para un correcto modo de empleo
- Posiciones de relajación.
 - Trabajo práctico: Respiración abdominodiafragmática en las distintas posiciones.
- Repaso práctico de técnicas para eliminar secreciones.
- Descripción teórica del protocolo de actuación ante una crisis asmática.

Debate.

4.- PROGRAMAS DE REHABILITACIÓN PULMONAR PARA PACIENTES ASMÁTICOS.

Fecha: 16/06/2009

Hora: 17:30 – 19:30 horas

Lugar de celebración: Parque Empresarial Parque Norte

Salas del Parque (para acceder a las salas preguntar por Cristina Alvarez de Laboratorios AstraZeneca)

C/ Serrano Galvache, 56

28033 Madrid

Metro: Pinar de Chamartín

Autobuses: 129, 150.

Contenidos:

- Descripción de los PRP
- Beneficios del ejercicio físico en patologías crónicas, especialmente en el asma.
- Ventajas e inconvenientes de los PRP.
- Componentes.
- Entrenamiento aeróbico.
- Entrenamiento muscular
 - Trabajo práctico: Circuito de entrenamiento

Debate.

I Curso de adiestramiento en técnicas de fisioterapia respiratoria para pacientes afectados de ASMA

Madrid, de abril a junio de 2009

Cuestionario

**Fisioterapeuta:
Silvia Córdoba Fuente**

**Organizado por Asmamadrid.
Con la colaboración de Fundación AstraZeneca**



Cuestionario

1.- CONOCER EL ASMA. LA PRINCIPAL HERRAMIENTA PARA MEJORAR TU CALIDAD DE VIDA.

¿Qué es el Asma?

¿Cómo puede ayudar la fisioterapia al paciente asmático?

¿Qué componentes de mi respiración se han modificado con respecto a la respiración normal?

Trabajo práctico de reeducación respiratoria (Claves para recordar los componentes).

- Movilización abdominal.
- Sincronismo nariz -boca.
- Respiración abdominodiafragmática.

- Expansiones costales.

CONCLUSIONES DEL SEMINARIO:

2.- CONTROL DE LOS SÍNTOMAS DEL PACIENTE ASMÁTICO EN FASE ESTABLE.

SÍNTOMAS PRINCIPALES DE LA ENFERMEDAD DE ASMA.

- Disnea (sensación de ahogo).

¿Qué es?

¿Qué grado de disnea tengo habitualmente?

Escala MRC:

¿Qué disnea tengo cuando hago algún esfuerzo?

Escala de Borg:

Tratamiento de la disnea.

- Tos y expectoración.

¿Por qué se produce la tos?

¿Por qué se producen las secreciones?

Trabajo práctico de tos asistida.

Trabajo práctico de eliminación de secreciones.

- Rigidez torácica.

¿Cómo puede afectar la rigidez torácica a mi enfermedad respiratoria?

Trabajo práctico de movilización torácica.

CONCLUSIONES DEL SEMINARIO

3.- AUTOCONTROL DE LAS CRISIS ASMÁTICAS

¿Qué ocurre en una crisis asmática?

¿Cómo puedo prever que voy a sufrir una crisis?

Trabajo práctico: Uso del inhalador de rescate.

Posiciones de relajación

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE CRISIS ASMÁTICA.

- 1.- Aplicación del inhalador de rescate (dosis prefijada por su médico).
- 2.- Colocación en la posición de relajación más adecuada dependiendo del lugar donde se encuentre.
- 3.- Respiración abdominodiafragmática.
- 4.- Técnicas de expectoración de secreciones.

4.- PROGRAMAS DE REHABILITACIÓN PULMONAR PARA PACIENTES ASMÁTICOS.

¿Qué es un programa de rehabilitación pulmonar?

¿Cuáles son los beneficios que yo obtendría si realizase un programa de este tipo?

Trabajo práctico: Ejemplo de circuito de entrenamiento.

- Reentrenamiento diafragmático.

- Tonificación abdominal y glútea.

- Tonificación de miembros superiores combinado con respiración.

- Tonificación de miembros inferiores combinado con respiración.

CONCLUSIONES DEL SEMINARIO