

Abordaje Integral No Farmacológico en la Enfermedad de Parkinson

**Intervenciones en Terapia Ocupacional en personas
con Enfermedad de Parkinson**

«La **Terapia Ocupacional** es una profesión de la salud centrada en el usuario, que se ocupa de la promoción de la Salud y el Bienestar a través de la ocupación. El principal objetivo de la **terapia ocupacional** es capacitar a las personas para participar en las actividades de la vida diaria.» (World Federation of Occupational Therapists [WFOT], 2012).

De manera genérica podríamos decir que en el caso de personas con Enfermedad de Parkinson (EP), el abordaje de terapia ocupacional se centrará en la mejoría de la independencia funcional y en el aumento de la calidad de vida.

Abordaje del usuario con Enfermedad de Parkinson (EP)

La mayoría de los profesionales de la salud estamos familiarizados con los signos y síntomas más conocidos de la patología: bradicinesia, rigidez, temblor, alteración de los reflejos posturales, “freezing” de la marcha.

Sin embargo, hay otros síntomas no motores que pueden estar presentes y es importante conocerlos si pensamos en un tratamiento que apunta a mejorar la autonomía funcional y la calidad de vida.

Estos síntomas no motores se pueden agrupar en tres categorías:

- 1) Neuropsiquiátricos y cognitivos: depresión, ansiedad, psicosis, demencia, apatía, fatiga y trastornos del sueño.
- 2) Sensoriales: pérdida del olfato, parestesias, disestesias (alteraciones en la sensibilidad), dolor.
- 3) Autonómicos: hiperhidrosis (sudoración excesiva), sialorrea (salivación excesiva), síncope (desvanecimiento), estreñimiento, disfunción urinaria y disfunción sexual, entre otros.

Persona como ser ocupacional.

¿De qué se trata la ocupación humana? Se consideran, en general, siete áreas de desempeño ocupacional: AVD (actividades de la vida diaria), AIVD (actividades instrumentales de la vida diaria), descanso y sueño, educación, trabajo, juego, ocio y participación social.

En esta presentación nos enfocaremos solamente en las actividades de la vida diaria y actividades instrumentales de la vida diaria.

Actividades de vida diaria: Comprenden aquellas actividades que realizamos todos los días.

Pueden ser divididas en:

- a) actividades básicas
- b) actividades instrumentales de la vida diaria.

Es fundamental poder realizar una buena evaluación y escuchar al usuario; el tiempo utilizado en esta instancia es tiempo ganado.

Las evaluaciones que se utilizarán en el abordaje de personas con EP tendrán que ver con el desempeño en actividades de vida diaria y con la calidad de vida.

Algunos ejemplos de evaluación son: Índice de Barthel, Escala de Medida de Independencia Funcional (FIM), Cuestionario de Calidad de Vida (QLQ).

Abordaje desde la Terapia Ocupacional

La intervención del terapeuta ocupacional tiene como objetivo mejorar la calidad de vida del usuario y su adaptación al entorno a través del mantenimiento de su autonomía e independencia en la realización de las actividades de la vida diaria, valiéndose para ello del entrenamiento funcional y eventualmente de las ayudas técnicas necesarias.

Objetivos:

- Contribuir al confort y a la mejor calidad de vida posible.
- Maximizar la independencia funcional en el desarrollo de las AVD.
- Orientar y entrenar en el uso de adaptaciones de ser necesarias.
- Intervenir alineadamente con los intereses personales del usuario (Modelo Canadiense).

El rol del terapeuta ocupacional consiste en evaluar las características físicas y las necesidades específicas del usuario para la realización de las AVD (lo más independientemente posible). Asesora en la elección e incorporación de ayudas técnicas y adaptaciones del entorno para fomentar la independencia así como el ahorro energético en el desempeño funcional. Realiza entrenamiento (de ser necesario) en el uso de las ayudas técnicas. Uno de sus objetivos es aumentar o mantener el funcionamiento cognitivo y emocional/social. También asesora a la familia en la seguridad del entorno y del hogar para prevenir caídas y lesiones (sobre todo en el cuarto y en el baño). Si bien se apunta a la mayor independencia funcional de cada usuario,

también es muy importante pedir ayuda en el momento que se necesita, reconociendo sus límites. Asimismo, es recomendable que los familiares y/o cuidadores estén atentos al pedido de ayuda, sin anticiparse al mismo.

Las actividades básicas de la vida diaria (ABVD) comprenden las tareas elementales de autocuidado, como por ejemplo: vestimenta, alimentación, higiene y aseo personal, uso del inodoro, desplazamiento, actividad sexual, etc.

Vestimenta

¿Cuántas sub-tareas hay en la «simple» tarea de vestirse?



Higiene

La complejidad de las tareas asociadas a la higiene personal puede ser muy demandante



Alimentación

Quizá es una de las más instintivas y básicas de las AVD, sin embargo para algunas personas puede ser una odisea llegar a alimentarse por sí mismas



Las actividades instrumentales de vida diaria (AIVD) comprenden actividades que pueden o no ser cotidianas pero implican un manejo de dispositivos, tecnologías o implementos.
Ejemplo: manejo de dinero y compras, transporte público, medios de comunicación, manejo de interruptores y electrodomésticos, cuidado de mascotas, manejo del hogar y finanzas, etc.



Lic. TO Andrés Rey Amaral.

Hospital de Clínicas. UdelaR
Charla realizada vía plataforma Zoom, 6 de octubre de 2020.