 <p>Clínica Universidad de La Sabana Cuidaremos de ti</p> <p>ES LO NUESTRO El PIR®</p>	PROCESO INTERDISCIPLINARIO DE REHABILITACIÓN PIR®
	EDUCACIÓN AL PACIENTE AMPUTADO ENFOQUE DE TERAPIA OCUPACIONAL

EDUCACIÓN AL PACIENTE CON AMPUTACIÓN TERAPIA OCUPACIONAL

ACTIVIDADES BÁSICAS COTIDIANAS

Para el desempeño en sus actividades cotidianas (comer, vestirse, bañarse, lavarse los dientes), según su nivel de amputación, deberá tener en cuenta las recomendaciones a continuación presentadas:

Amputación de miembros superiores

- No deje de integrar el muñón del miembro afectado, en la medida de lo posible, durante el desarrollo de sus actividades cotidianas.
- Para actividades de vestido, coloque primero la prenda superior en el muñón y luego en el miembro superior funcional.
- Para actividades de alimentación y evitar el movimiento del plato, haga uso de individuales antideslizantes.
- En caso de que el miembro amputado sea el dominante, al inicio entrene primero habilidades de coordinación con el miembro no dominante, antes de realizar actividades como el afeitado, en caso de requerirlo.


Amputación de miembros inferiores

- Retire cualquier elemento del suelo y cualquier mobiliario que pueda dificultar o generar algún obstáculo en su movilidad.
- Para evitar caídas, no haga uso de tapetes en suelos lisos como laminados, porcelanatos, entre otros.
- Tenga cuidado del manejo que da a su ayuda externa en caso de que tenga (caminador, bastón).
- Como medida básica no olvide hacer uso de calzado y superficies antideslizantes (tapete antideslizante o cinta adhesiva antideslizante) durante el baño.
- No olvide tener especial cuidado con los bordes filosos de puertas y paredes.
- Realice las actividades como vestirse y bañarse estando sentado(a).
- Prefiera el uso de prendas amplias y sin botones para facilitar la realización del vestido/desvestido.
- Durante el vestido, al colocarse las prendas inferiores, colóquese primero la prenda en el muñón.

COMPONENTE SENSORIAL

Táctil

- No olvide, la estimulación táctil con diferentes texturas (suave, semi-áspera y áspera), en el muñón, una vez se encuentre sano, facilitando la desensibilización, iniciado la estimulación desde la textura suave, y según el grado de tolerancia,

 <p>Clínica Universidad de La Sabana Cuidaremos de ti</p> <p>ES LO NUESTRO El PIR®</p>	<p>PROCESO INTERDISCIPLINARIO DE REHABILITACIÓN PIR®</p>
	<p>EDUCACIÓN AL PACIENTE AMPUTADO ENFOQUE DE TERAPIA OCUPACIONAL</p>

continúa con la semi-áspera y por último la áspera, realiza movimientos circulares suaves en el muñón.

Propioceptivo

- Con el fin de facilitar la adaptación del muñón a la descarga de peso y buscando un posible uso de órtesis, deberá realizar ejercicios de descarga de peso o presión del muñón contra elementos como balones, pelotas y pelota antiestrés, entre otros.

COMPONENTE MOTOR

Amputación miembros superiores

- Realice actividades, con uso de materiales de resistencia como bandas de resistencia, plastilina terapéutica, plastilina convencional, pelota antiestrés, entre otros. Realice actividades como:
 - Esparcido de material
 - Según nivel de amputación, realice actividades de fortalecimiento como flexión-extensión de codo, apertura y cierre de hombro.
- Realice actividades como lanzamiento de pelotas para ensartar en un objetivo.
- En caso de que su miembro superior amputado fuera el dominante, entrene su miembro superior no dominante en la realización de tareas de coordinación realizando ejercicios como:
 - Enhebrado de piezas pequeñas (ej. pase un cordón por los agujeros de pastas de “tubo”)
 - Ensartado (ej. introducir granos dentro de una botella con pico pequeño)
 - Encajado de piezas (ej. bloques de construcción)
 - Tareas de unión de puntos y trazo de caminos en líneas recta y curva
 - Tareas de coloreado y escritura
 - Realizar lanzamientos con pelota hacia un objetivo definido

Amputación miembros inferiores

- Realice actividades, con uso de materiales de resistencia como bandas de resistencia estando sentado(a), así:
 - Según el nivel de amputación, flexionar/extender las rodillas, abrir las piernas, mientras se encuentra sentado(a) sin y con uso de materiales de resistencia (banda de resistencia)
 - Mientras está sentado(a) ubique un balón/pelota convencional en el medio y cierre las piernas, apretando
- Realice actividades como pateo de pelotas sentado(a) o de pie, según estabilidad y con apoyo de miembros superiores en una superficie como mesa o pared, evitando caídas
- Con acompañamiento y supervisión, y teniendo en cuenta todas las medidas de seguridad, ubíquese frente a una pared o mesa firme y apoyándose firmemente con un brazo libere o suelte el otro