

PAUTAS FISIOTERAPIA

- Baixalo ó chan:
 - Estimulalo para que se mova con sons, estímulos táctiles, etc. Gústalle patalear.
 - Asistilo nos volteos. Axudalo para que se poña boca arriba, boca abaixo, etc.
 - Cando estea boca arriba, podemos mobilizarlle todas as articulacións (insistindo na oposición do polegar, apertura das mans, extensión muñecas e cónbados, flexión/extensión cadeiras e xeonllos, etc). Facer estiramientos dos xemelgos, isquiotibiais, psoas, etc.
 - Facer cambios posturais. Tender á simetría:
 - Boca abaixo. Cas mans cara diante e as palmas cara abaixo. Podemos colocarlle unha almofada debaixo das axilas para evitar que leve os membros superiores cara atrás. Tentar diminuír a apertura das cadeiras e procurar que queden os membros inferiores ó longo do corpo.
 - Deitado de lado. Colocamos unha almofada grosa detrás do tronco para impedir que volteee cara arriba. Alternamos tempo sobre o lado dereito e o esquerdo. Colocamos os membros inferiores cun pouco de flexión de cadeiras e xeonllos e ca gravidade favorecemos a adución de cadeiras. Podemos xuntarlle as mans aproveitando a posición.
- Nos tempos de descanso na cadeira de rodas:
 - Vixiar que teña unha posición correcta co lombo ben pegado ó respaldo.
 - Colocarlle algo brandiño (peluche grande...) no colo e levarlle as mans cara diante para que o toque.
 - Utilizar as férulas antiequino e as das mans.

A fisioterapeuta

María Orozco