

Objetivo

Aumentar la fuerza y la resistencia de miembros inferiores del paciente.

Indicación

Indicado en pacientes con alteraciones en miembros inferiores y baja resistencia.

Descripción de la terapia

El paciente sentado se coloca delante de los pedales, la distancia dependerá de cada paciente según su altura, se ponen los pies sobre los pedales. Si va en silla de ruedas, se pondrán los frenos y las cuñas detrás de las ruedas para evitar que la silla se mueva.

Cómo se realiza

Se puede ajustar la resistencia de los pedales al giro según las necesidades del paciente. Las rodillas no deben quedar ni muy estiradas ni muy flexionadas. En la posición más alejada, la rodilla queda en ligera semi-flexión (unos 10 grados).

Observaciones sobre el rol de los profesionales

Dependiendo del grado de dependencia física o cognitiva del paciente, se debe realizar una supervisión y dar asistencia.

Observaciones a la técnica

En algunos casos se pueden colocar sujeciones para los pies (cintas), para sujetarlos a los pedales. En el caso de que las rodillas se vayan hacia los lados (deberían quedar alineadas), se pueden colocar cojines o similar en la silla al lado de las caderas, para ayudar a mantener una correcta alineación.

Saber más

Si hay alguna duda en el uso de esta técnica, por favor, consulta con el fisioterapeuta o el médico responsable.

Duración aproximada entre 15 y 30 minutos como tiempo ideal, en caso de no ser posible, se realizará el tiempo que el paciente sea capaz.

Área de Intervención Terapéutica

- Fisioterapia
- Rehabilitación (facultativo)

Quién/es la realizan

- Fisioterapeuta
- Enfermera
- Técnico en Cuidados de Enf.
- Celador
- Familiar/Cuidador

Enlace al video



<https://youtu.be/xxxxxxxxxxx>