

Objetivo

El objetivo principal es la movilización y activación de la musculatura del pie, tanto dorsiflexores como flexores plantares. El paciente utilizando el dispositivo realiza un ejercicio autoasistido en el cual el lado sano asiste el movimiento del lado parético o debilitado.

Indicación

Indicado en pacientes con hemiparesia o con debilidad en miembros inferiores.

Descripción de la terapia

Se trata de un dispositivo con una polea en el cual se adaptan las dos plantas de los pies. Si un pie sube (dorsiflexión de tobillo) por tracción de la cuerda y de la polea el otro baja (flexión plantar de tobillo) y así sucesivamente. El movimiento debe ser fluido y constante.

Cómo se realiza

Se debe colocar al paciente en posición de sedestación con la espalda recta, caderas y rodillas formando un ángulo de 90°. Ambos pies bien situados sobre el dispositivo con contacto completo de la planta del pie.

Observaciones sobre el rol de los profesionales

Técnica no complicada que se puede realizar con un mínimo aprendizaje.

Observaciones a la técnica

Comprobar que pies estén bien adaptados al dispositivo, en caso contrario podemos ayudarnos de cinchas para mantenerlos en la posición correcta.

Saber más

Ejercicios autoasistidos de miembros inferiores

Área de Intervención Terapéutica

- Fisioterapia
- Rehabilitación (facultativo)

Quién/es la realizan

- Fisioterapeuta
- Terapia Ocupacional
- Enfermera
- Técnico en Cuidados de Enf.
- Celador
- Médico Rehabilitador
- Familiar/Cuidador

Enlace al video



<https://youtu.be/xxxxxxxxxxx>