



Información General Sobre el Derrame Cerebral

Rehabilitación tras un Derrame Cerebral

La rehabilitación es una parte esencial de la recuperación de una persona afectada por un derrame cerebral. Este tratamiento puede ayudar a que su ser querido se readapte a la vida diaria tras el derrame cerebral. También puede enseñarle a realizar tareas de una nueva manera.

La importancia de la rehabilitación tras un derrame cerebral

El derrame cerebral daña partes del cerebro que controlan actividades de la vida diaria, como caminar y hablar. La rehabilitación puede ayudar a que su ser querido aprenda de nuevo estas capacidades.

La rehabilitación de su ser querido se centrará en lo siguiente:

- Los cuidados personales, como bañarse, vestirse, la higiene personal y comer
- Problemas del habla y el lenguaje
- Relaciones con los demás
- La memoria y la resolución de problemas
- Caminar y trasladarse como, por ejemplo, de una silla a la cama

Lo que debe saber

La rehabilitación no liberará a su ser querido de los efectos del derrame cerebral. Lo que sí hará es aumentar su fuerza y enseñarle a afrontar los cambios de su cuerpo. Esto, a su vez, contribuirá a que logre la mejor calidad de vida posible.

El objetivo de la rehabilitación

El objetivo de la rehabilitación es que su ser querido recupere la mayor independencia posible. También ayudará a que su cuerpo sane y mejoren sus funciones físicas, mentales y emocionales. El nivel de recuperación de cada persona es diferente. Los profesionales de salud que atienden a su ser querido evaluarán y determinarán cuáles son sus necesidades particulares de rehabilitación.

El inicio de la rehabilitación

La rehabilitación se iniciará cuando su ser querido esté estable desde el punto de vista médico. Por lo general, la primera fase de la rehabilitación se realiza en el hospital, uno o dos días después del derrame cerebral.

La duración de la rehabilitación

El tiempo que dure la rehabilitación dependerá de las discapacidades que tenga su ser querido. Gran parte de su mejoría ocurrirá en las primeras semanas o meses posteriores al derrame cerebral. A partir de ese momento, podrá seguir recuperándose, pero a un ritmo más lento. En algunos casos, la recuperación del derrame cerebral dura toda la vida.

El equipo de profesionales encargados de la rehabilitación

El equipo de profesionales de rehabilitación se compone de varios tipos de profesionales de salud. Éstos se escogerán según las necesidades que tenga su ser querido.

Fisiatra	Médico especializado en rehabilitación; desarrolla un plan de tratamiento centrado en la recuperación de las funciones y el control del dolor
Terapeuta físico	Trata de mejorar la movilidad, la fuerza y el equilibrio; ayuda con los problemas de movilidad y equilibrio
Terapeuta ocupacional	Enseña al paciente a realizar actividades de la vida diaria, como bañarse, la higiene personal y vestirse
Enfermera de rehabilitación	Coordina el cuidado durante todo el proceso de rehabilitación; se ocupa de los problemas de salud; proporciona educación y apoyo al paciente y a su familia
Terapeuta del habla	Ayuda a recuperar las destrezas del lenguaje perdidas tras el derrame cerebral; proporciona consejos para mejorar las dificultades al tragar
Terapeuta recreacional	Ayuda al paciente a aprender de nuevo actividades que antes disfrutaba; enseña nuevas actividades

Siquiatra o Psicólogo	Trata problemas de razonamiento, memoria y conducta; ayuda al paciente a adaptarse a los cambios emocionales
Consejera de rehabilitación vocacional	Evalúa las capacidades del paciente para reintegrarse al trabajo; ayuda al paciente a adquirir capacitación y aptitudes para el trabajo

Donde se llevan a cabo las sesiones de rehabilitación

La rehabilitación se puede realizar en diferentes lugares. Los profesionales de salud que atienden a su ser querido escogerán el mejor lugar para él. Es posible que reciba rehabilitación en varios sitios a lo largo del proceso de recuperación.

- **Unidades de rehabilitación para pacientes internos** – Los pacientes permanecen en el centro el tiempo que dure la terapia intensiva que reciben. La estadía suele ser de 2 a 3 semanas.
- **Unidades de rehabilitación para pacientes ambulatorios** – Los pacientes reciben varias de terapia varios días a la semana. Estos pacientes están estables desde el punto de vista médico y pueden venir al centro para recibir la terapia.
- **Centros de cuidado a largo plazo** – Los pacientes están estables desde el punto de vista médico, pero necesitan atención especializada de enfermería las 24 horas del día. Ejemplos de estos centros son los hogares de ancianos y las instituciones de atención especializada de enfermería.
- **Programas de rehabilitación en el hogar** – Estos servicios son para aquellos pacientes que viven en su hogar y no pueden llegar hasta el centro de terapia. En estos casos, la terapia se ofrece en el hogar.

Cómo informarse sobre la calidad del cuidado ofrecido en los centros de rehabilitación

Para ello, póngase en contacto con la Commission on Accreditation of Rehabilitation Facilities (CARF) (Comisión para la Certificación de los Centros de Rehabilitación, CARF). Esta comisión proporciona una certificación (acreditación) o “sello de aprobación” a centros de rehabilitación. Cuando usted visite los diferentes centros, fíjese en si tienen la certificación de CARF. Si no la tienen, esto no significa que el cuidado proporcionado sea inadecuado; es difícil conseguir la certificación. Sin embargo, los centros que sí la tienen son de primera calidad. Si desea más información, visite la página del Internet en inglés, <http://www.carf.org/>.

Su participación en la rehabilitación de su ser querido

La rehabilitación puede ser un proceso largo. Esto puede ser motivo de frustración para su ser querido, por lo que necesitará que le den ánimos. Escúchelo cuando quiera hablar de ello y ofrézcale todo su apoyo.

Consejos útiles

- Acompañe a su ser querido a las sesiones de rehabilitación todas las veces que pueda. Así se mantendrá al tanto de su progreso. Comente con el equipo rehabilitador las dudas y preocupaciones que tenga.
- Anime a su ser querido a que practique las nuevas destrezas que aprende.
- Únase a un grupo de apoyo de personas afectadas por derrames cerebrales. Así podrá compartir con otras personas sus experiencias acerca de la rehabilitación. Si desea más información, consulte el folleto informativo sobre cómo obtener ayuda de los grupos de apoyo .

Recuerde

- El tiempo que dure la rehabilitación dependerá de las discapacidades de su ser querido.
- Con frecuencia, la recuperación del derrame cerebral dura toda la vida. Por ello, su ser querido necesitará el apoyo y los ánimos de familiares y amigos.

Otros Recursos

Los siguientes recursos contienen enlaces de Internet. La ubicación de las páginas de Internet puede cambiar y por lo tanto los enlaces indicados a veces pueden no servir. Para ver la versión más actual de esta lista, visite

<https://www.stroke.cindrr.research.va.gov/index.asp>.

Exención de responsabilidad con respecto a los enlaces: La inclusión de enlaces a información y a sitios web externos al Department of Veterans Affairs (Departamento de Asuntos de los Veteranos o VA, por sus siglas en inglés) no indica la aprobación de los productos o servicios ofrecidos en esos sitios. Además, las políticas de privacidad y seguridad de esos sitios pueden ser inconsistente con las del VA.

National Stroke Association

Web: <http://www.stroke.org> (en inglés)

Teléfono: 1-800-787-6537

National Stroke Association (Asociación Nacional del Derrame Cerebral) cuenta con una guía (en inglés) sobre cómo escoger servicios de rehabilitación tras un derrame cerebral. En la guía se incluye una lista de verificación para determinar cuáles pueden ser las mejores opciones de rehabilitación. Para encontrar información en español, vaya a la página del Internet y haga clic en “En Español”.

Referencias: familydoctor.org. (2008). *Stroke Rehabilitation*. Obtenido el 15 de diciembre de 2008 de <http://familydoctor.org/online/famdocen/home/common/heartdisease/recovery/151.html>; American Stroke Association. (2008). *Post-Stroke Rehabilitation*. Obtenido el 15 de enero de 2009 de <http://www.strokeassociation.org/presenter.jhtml?identifier=1041>; National Stroke Association. (2006). *National Stroke Association's Guide to Choosing Stroke Rehabilitation Services*. Obtenido el 15 de enero de 2009 de http://www.stroke.org/site/DocServer/Choose_Rehab.pdf?docID=1101; WebMD. (2007). *Stroke Rehabilitation: Concerns of the Caregiver*. Obtenido el 15 de enero de 2009 de <http://www.webmd.com/stroke/tc/stroke-rehabilitation-concerns-of-the-caregiver>; Family Caregiver Alliance. (2008). Obtenido el 15 de enero de 2009 de http://caregiver.org/caregiver/jsp/content_node.jsp?nodeid=578; Andaya, Christian. (n.d.). *Getting Involved: An Introduction to Rehabilitation for the Primary Caregiver*. Obtenido el 15 de enero de 2009 de Caregiver.com, http://www.caregiver.com/articles/print/getting_involved.htm; National Institute of Neurological Disorders and Stroke. (2009). *Post-Stroke Rehabilitation Fact Sheet*. Obtenido el 16 de enero de 2009 de <http://www.ninds.nih.gov/>; Commission on Accreditation of Rehabilitation Facilities. (2009). Obtenido el 28 de enero de 2009 de <http://www.carf.org/consumer.aspx?Content=content/about/providerlist.htm&ID=6>.

Estos materiales fueron creados para el proyecto:
**Web-Based Informational Materials for
Caregivers of Veterans Post-Stroke**
**(Materiales Informativos Basados en Internet
para Cuidadores de Veteranos Afectados
por un Derrame Cerebral)**



Número de proyecto SDP 06-327 financiado por el VA HSR&D Quality Enhancement Research Initiative (QUERI) (Iniciativa de Investigación para Mejorar la Calidad o QUERI, por sus siglas in inglés)