

CARRERA DE MEDICINA

Nombre del Ensayo

El párkinson y sus repercusiones en la vida cotidiana de las personas afectadas.

Autor

Rosado Mejía Anny Narcisa

Curso & Paralelo

Cuarto semestre paralelo "A"

Asignatura

Salud pública y epidemiología

Fecha

25/08/2020

Manta- Manabí - Ecuador



El párkinson y sus repercusiones en la vida cotidiana de las personas afectadas.

Resumen

Esta investigación se propone conocer, su definición, etimología, síntomas y métodos de ayuda y tratamientos con el fin de ayudar a la persona afectada del Parkinson, en las cuales se realizará búsquedas de artículos. El principal problema del Parkinson es afectar el sistema nervioso perjudicando los movimientos, el síntoma que da inicio a la enfermedad es el temblor en una sola mano, aunque en pocas ocasiones causan rigidez o disminución del movimiento. El tratamiento recomendado consiste en trabajar con las motricidades finas y gruesas, clasificando las actividades más relevantes como su autonomía, productividad y ocio, recomendando mejorar las actividades de vestido, alimentación aseo personal y otras actividades de la vida diaria.

Planteamiento del problema

Desde 1817 ha existido enfermedad del Parkinson, hasta la actualidad a prevaleciendo el 1% en personas mayores de 65 años afectando el sistema nervioso, siendo la segunda enfermedad neurodegenerativa más común, después del Alzheimer.

Esta enfermedad degenerativa afecta al sistema nervioso específicamente a las zonas del cerebro encargado del control y coordinación del movimiento y del tono muscular y de la postura. La zona del cerebro afectada es la llamada sustancia negra, en ella actúa un componente químico que actúa como neurotransmisora. (Bobadilla, 2012).

En Manabí se realizó un estudio de puerta a puerta de 116.983 habitantes, en el cual 317 personas fueron consideradas como probables enfermos del Parkinson se realizó un estudio sobre la segunda fase los datos detectados fueron 143 hombres y 174 mujeres. Solo 285 (0,24%) fueron diagnosticados con dicha enfermedad.

Durante la segunda fase, se clasificaron por la edad, El grupo mayor es de 61-70 años (33,33%) y poco repetido en los menores de 50 años (5,26%). De acuerdo al sexo, no hubo una diferencia considerable; no obstante, se observó una mayor relevancia en el sexo masculino (56,14%) en comparación con el femenino (43,86%) (Herdoíza, 2017)

Una parte de las personas mayores pueden sufrir de esta patología, aunque sus causas no son del todo conocidas, diversas fuentes lo asocian a problemas congénitos y ambientales. Dicha patología afecta parte del sistema nerviosos central encargado del movimiento y el equilibrio. (García, 2008).

El Parkinson presenta cuatro síntomas principales: el temblor de reposo, la bradicinesia, rigidez y la alteración de los reflejos posturales. El Parkinson es la segunda patología neurodegenerativa más frecuentes en personas avanzadas de edad. (Bobadilla, 2012)

Justificación

El proyecto es de vital importancia ya que se dará a conocer un poco más sobre la influencia del párkinson en la vida cotidiana, además de las diversas maneras de mantener los estímulos involuntarios producidos por la patología.

La elaboración de este proyecto investigativo se realiza con el fin de hacer un pequeño aporte a la sociedad, específicamente a la población que presente esta enfermedad, y a las personas encargadas de tratarla.

El presente proyecto beneficiara a los estudiantes de Terapia Ocupacional, ya que les brindara información necesaria para el tratamiento que deben llevar las personas que sufren de párkinson. Beneficiará de manera indirecta al investigador tanto en sus conocimientos y para obtener la nota correspondiente del proyecto presente.

Se espera que los resultados arrojados en la investigación puedan ser de gran ayuda para todas las personas con dificultades que presentan este tipo de condición, explicando sus causas, tratamientos y varios factores que influyan en la enfermedad

Este trabajo conduce a implementar un programa de ayudas técnicas y adaptaciones en su vida cotidiana para personas con la enfermedad del Parkinson.

Fundamento teórico.

Enfermedad degenerativa que se presenta de manera espontánea, provocando problemas en el sistema nervioso central, más específicamente a la sustancia negra que se encuentra en el mesencéfalo. La enfermedad del párkinson es la segunda enfermedad neurodegenerativa más común en personas de entre 50 a 60 años. (Bobadilla, 2012).

Los factores de riesgo de la enfermedad del párkinson son:

1. Radicales libres y alteraciones mitocondriales.
2. Edad.
3. Factores genéticos.
4. Sexo.
5. Factores infecciosos.
6. Tóxicos y factores ambientales.
7. Antecedente de trauma craneal.
8. Tabaco.
9. Papel de la dieta. (García, 2008)

El párkinson presenta 4 principales síntomas los cuales son:

- El temblor de reposo: comienza de manera espontánea en alguno de los 4 miembros, generalmente en los superiores, relacionado al estrés. Es producto de la contracción alterna de músculo antagonistas. (Bobadilla, 2012)
- La bradicinesia: lentitud de los movimientos voluntarios, se presenta como síntoma basa de la enfermedad del párkinson, se manifiesta en la hipomimia (perdida de balanceo de las extremidades superiores).

- La rigidez: aumento del tono muscular que se observa al flexionar y extender pasivamente cualquier segmento corporal. Relacionado a las secuencias de oposición al movimiento pasivo que se producen por relajación y nueva oposición.
- Alteración de los reflejos posturales: las personas que se encuentran en una posición de bipedestación no pueden permanecer estáticas, sino que presenta pequeños movimientos involuntarios imperceptibles, los cuales son corregidos con rapidez por las contracciones musculares. (Bobadilla, 2012)

En cuanto al tratamiento, este se encontrará determinado por la edad, la gravedad, su tolerancia a ciertos medicamentos y por las expectativas de evolución. En la actualidad no existen medicamentos para poder curar la enfermedad, pero existen una serie de protocolos los cuales implementan diversos tratamientos. (García, 2008)

Dentro de los tratamientos no farmacológicos encontraremos:

- ✓ Terapia ocupacional
- ✓ Fisioterapia
- ✓ Logoterapia
- ✓ Intervención psicológica
- ✓ Trabajo social

Para el tratamiento del párkinson realizado a través de la terapia ocupacional deben tomarse en cuenta las diferentes actividades de la vida diaria:

- Automantenimiento: higiene personal, cuidado de dispositivos personales, vestirse alimentarse, medicarse, comunicación funcional, expresiones sexuales.

- Productividad: profesión, manejo del hogar, cuidado de ropa limpiar, preparar la comida, manejo de dinero, cuidar de otros.
- Ocio: hobbies y deportes. (Margalef, 2018)

Trastorno de coordinación motora gruesa

Vestirse: debe conseguir la ropa del armario, ubicarse la ropa y desvestirse. Debe buscar la ropa que se va a colocar para prevenir viajes a la hora de la vestimenta, lo recomendable es vestirse en posición sentado debido que puede producir una pérdida de equilibrio.

Baño: en la entrada al baño se debe tener en cuenta uso de esponjas adaptadas el cuidado de la piel, la recomendación necesaria será facilitar o reemplazar ciertas cosas de forma electrónica y una base para el apoyo, afeitarse con máquinas eléctricas el lavado de dientes con cepillos eléctricos y para el secado de la espalda usar albornoz.

Alimentación: servir su propia comida conducir la bebida y la comida a la boca sus recomendaciones son, apoyar los hombros en la mesa y tener una postura recta, usar vasos con asas para facilitar el agarre y cubiertos con poco peso, si se dificulta al tomar la bebida debería usar sorbetes.

Limpieza: arreglo de la casa barre, lavar platos lavar ropa, lo recomendado es realizar esta actividad en cierto lapso de tiempo y descansar y si se ve muy cansado pedir ayuda.

Trabajos fuera de casa: se debe de estar seguro de poder rendir en el trabajo lo recomendable es realizar adaptaciones a su entorno que implique mejorar su rendimiento laboral. (Margalef, 2018)

Ejercicios para mantener la motora gruesa

Se realizan varias actividades entre ellas se encuentran:

Dibujar las vocales en el aire: se puede realizar de pie o sentado el paciente debe realizar las vocales en el aire (a, e, i, o, u), primero con una mano y así consecutivamente, se debe dibujarlas con la mano en flexión todo lo que pueda.

Limpiar la mesa: este ejercicio se lo realiza en posición sentado y espalda recta, se lo realiza 10 veces primero con una mano y después con la otra, el material necesitado en un trapo en la cual se realiza la extensión del brazo realizando semicírculos.

Hacer canastas: el ejercicio se realiza 10 veces primero una mano y después la otra se realiza en posición sentada o de pie, se trata de ubicar un tacho y encestar con una pelota el tacho debe estar en una silla o encima de la mesa o en el piso la distancia debe ser de 3 metros.

Actividad de la vida cotidiana: esta actividad se realiza día a día, se trata de precisar la coordinación motora gruesa, se trabaja en actividades habituales como: vestirse, higiene personal, tender ropa, bailar, pescar y otros. (Margalef, 2018)

Trastorno de coordinación de motora fina

Vestido: abotonar y desabotonar, anudar los cordones, colocar pendientes, cadenas, las recomendaciones necesarias sería sustituir botones por velcros, ropa elástica o calzarse con ayuda de un mango largo o apoyarse sobre un banquillo.

Alimentación: uso de cubiertos para cortar abrir cerrar las recomendaciones son utilizar platos de plásticos, cubiertos livianos pero anchos y comprar abridores fáciles para los envases o abridores eléctricos.

Medicación: abrir y cerrar medicamentos lo recomendable es envases de fácil dominio.

Movilidad funcional: transporte de objetos pesados lo recomendable usar carritos de supermercados.

Cuidado de ropa: tender una prenda de vestir, ubicar hilo en una aguja y coser cierto defecto, lo recomendable es utilizar pinzas para el tendido de ropa y pedir ayuda cuando la tarea dificulte.

Limpieza: ejecutar presión y agarres necesarios para realizar la limpieza recomendación usar aspiradoras y evitar escobas.

Preparación de comida: abrir y cerrar empaques cortar alimentos, lo recomendable usar cuchillos, abridores exprimidor eléctrico.

Ocio: realizar movimientos que precisen la coordinación de motricidad fina como recomendación sería leer, jugar ajedrez entre otras. (Margalef, 2018)

Ejercicios para mantener la coordinación motora fina

Hacer collares con pasta: se realiza en posición sentado delante de la mesa ubicamos los materiales como son: hilo macarrones, se llena y se anuda el collar de macarrones ya cuando lo complete lo vuelve a sacar los macarrones.

Garbanzos: ubicar en un plato garbanzos secos y sacarlos uno a uno realizando oposiciones con los dedos (pulgar y índice, pulgar y corazón, anular pulgar, y pulgar y

meñique) repetir el proceso hasta sacar los garbanzos luego se vuelven a ubicar en el plato, pero esta vez intentando tomar todos los garbanzos posibles y ubicarlos en el plato.

Plastilina: se trata de amasar la plastilina y realizar una culebrita después dividirlo por la mitad con la ayuda de los dedos y utilizar la mitad para la mano derecha y la otra parte para la izquierda. (Margalef, 2018)

Ejercicios para la coordinación de ambas manos

Collar de clips: se realiza entrelazando clips utilizando unos 50 clips cuando se termine de desmonta.

Realizar nudos: se necesita cuerda de cordel o una piola de 1.5 metros, se toma de las dos puntas se realiza nudos no tan fuertes porque después se desmontan. (Margalef, 2018)

Objetivo general

Analizar materiales bibliográficos sobre la enfermedad del Parkinson.

Objetivo específico

Analizar los tratamientos utilizados en terapia ocupacional para el tratamiento del párkinson.

Brindar conocimientos de actividades mediante la teoría.

Metodologia

1. Tipos de investigación bibliográficas: para realizar esta investigación, se debió tomar conocimiento de experimentos ya hechos y así buscar información sugerente, y seleccionar los materiales para marco teórico.
2. Criterios de investigación
 - (a) Universo: más de 2.230.000 resultados de documentos relacionados al tema en Google escolar.
 - (b) Muestra: 4 documentos con alta información sobre el párkinson con sus tratamientos.
3. Recursos
 - (a) Tecnológico: el investigador utilizo una laptop para poder realizar la investigación del protocolo y para la elaboración misma.
4. Aplicación de paquete Microsoft office
 - a) Word: herramienta utilizada para la redacción del protocolo investigado.

Conclusión

El material bibliográfico utilizado sirvió de guía para llegar a la conclusión de que la enfermedad del párkinson es una patología sistemática la cual no tiene cura, presentando diversas dificultades básicas de la vida cotidiana como vestirse, ingerir alimentos, actividad laboral entre otros.

Para el tratamiento del párkinson existen diversos tratamientos desde lo farmacológico a los no farmacológicos o ambos.

Este proyecto está basado en el tratamiento que puede ser dado por un profesional de terapia ocupacional, en el cual se describe diversos ejercicios ejecutables por personas afectadas con la enfermedad del párkinson, tomando en cuenta el avance que tenga la patología.

Recomendaciones

- 1)** El hecho que la paciente no pueda realizar dichas actividades de la vida diaria con buena firmeza y lo realiza con temblores de mano, no significa que no pueda realizarlo, solo hay que adaptar ciertos utensilios del hogar.
- 2)** Es importante realizar las actividades teniendo claro que son con un fin terapéutico ya sea para motricidad fina o gruesa y coordinación, aunque solo sea tener lista la ropa antes de vestirse, aunque parezca simple para las personas del párkinson es de gran ayuda.
- 3)** Debe de ser considerado promover dicha actividad para un mejoramiento y poder sobrellevar la enfermedad sin que el afectado se sienta inútil.

Bibliografía

Bobadilla, M. Á. (2012). Terapia Ocupacional en personas con enfermedad de Parkinson: una aproximación desde distintos marcos de referencia. Universidad Zaragoza. Obtenido de <https://zaguan.unizar.es/record/7910/files/TAZ-TFG-2012-498.pdf>

García, B. (2008). la situación de los enfermos afectados por la enfermedad del Parkinson, sus necesidades y demandas. ministerio de educación política y deporte. Obtenido de https://books.google.es/books?hl=es&lr=lang_es&id=AeWjU8yPkd0C&oi=fnd&pg=PT4&dq=enfermedad+de+parkinson+con+dificultades+al+cocinar&ots=qpE3uNytfk&sig=qRO8mr-qWDOvb-ZwBVZboTZOJ0#v=onepage&q&f=false

Herdoíza, J. P. (2017). *scielo*. Obtenido de scielo:
<http://scielo.senescyt.gob.ec/pdf/rneuro/v26n1/2631-2581-rneuro-26-01-00023.pdf>

Margalef, A. H. (2018). *CONSEJOS PARA LAS ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA CON PACIENTES DE ENFERMEDAD DEL PARKINSON*. Obtenido de <http://www.aep-taray.org/portal/images/pdf/ocupacional.pdf>