Sindrome de Prader Willi

“ Rehabilitacion Fisica
Actividades ludico - recreativas “

German Gonzalez

- Profesor - AT - Coordinador de acompañantes terapéuticos de Fundacion Spine

¿Qué es la rehabilitación física ?

Proceso terapéutico que busca mejorar las capacidades motoras, funcionales y posturales, promoviendo la autonomía y calidad de vida de la persona con SPW.

- Objetivos propios de SPW
- Objetivos claros y realizables
- Plan terapéutico de actividad física personalizado
- Establecer Prioridades

Actividad Física

Cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que produzcan un gasto energético

BENEFICIOS

OBJETIVOS GENERALES SPW

PLANIFICACION

ESTRATEGIAS

GENOPOLI

Asociación Colombiana Síndrome de Prader-Willi | Fundación SPINE | ACMGen Asociación Colombiana de Médicos Genetistas y Medicina Genómica

BENEFICIOS

- Mejora física y del estado de salud clínico
- Favorece el equilibrio, coordinación y postura
- Ayuda al descenso y/o control de peso
- Mayor concentración / atención
- Mejoras desde lo conductual
- Estado de animo y control de sus emociones
- Baja de ansiedad e irritabilidad
- Promueve la interacción social (HHSS)
- Momentos de espera
- Tolerancia a la frustración

Actividad Fisica es considerada como un **COMPLEMENTO CLAVE** para el abordaje y rehabilitación dentro del **TRATAMIENTO TRANSDICIPLINARIO**

TRATAMIENTO TRANSDICIPLINARIO

- KINESIOLOGIA
- TERAPIA OCUPACIONAL
- PSICOLOGIA
- PSICOPEDAGOGIA
- FONOUDIOLOGIA
- NUTRICION
- CLINICA
- PSIQUIATRIA
- FISIATRIA

1. **Objetivos generales pws**
2. **Objetivos específicos de cada paciente**

GENOPOLI

Asociación Colombiana Síndrome de Prader-Willi | Fundación SPINE | ACMGen

Objetivos Generales

- Habilidades sociales (HHSS)
- Fortalecimiento muscular global
- Descenso
  Mantenimiento de peso
- Actividades de la vida diaria
- Estrategias de calma autoregulacion
- Postura

GENOPOLI

Asociación Colombiana Síndrome de Prader-Willi | Fundación SPINE | ACMGen

Descenso/Mantenimiento de peso

- Alimentación Saludable y control en sus porciones
- Actividades físicas adecuadas que permita acompañar los objetivos nutricionales propuestos

Actividades aeróbicas : Caminatas, carreras.Deportes en movimientos, dinámicos.

Fortalecimiento muscular global

- Ejercicios de fuerza con peso o con bandas sobre todo trabajando progresivamente la resistencia en la actividad.
- Ejercicios de equilibrio con objetos o simplemente con el mismo peso del paciente.
- Ejercicios de flexibilidad, movilidad articular y estiramientos.
- Ejercicios de coordinación con manipulación de objetos
- Ejercicios de reaccion y respuesta

Postura

- Ejercicios para fortalecer la columna
- Estiramientos axial activo de la columna
- Ejercicios para fortalecer los músculos de zona media anterior y posterior.
- ELONGACIÓN (Óptimo 15 segundos)
- Distintas actividades promoviendo una correcta alineación de la columna.

1 - ME SIENTO EN LA MESA CON LOS PIES APOYADOS
EN EL PISO Y CON LA ESPALDA DERECHA

Habilidades sociales (HHSS)

No necesariamente actividad puntual de HHSS sino tenerlo presente para el desarrollo de la jornada. Saludarnos al ingreso, ser respetuosos, mantener el turno de la palabra, respetar diferentes opiniones, contacto visual, ser claros para expresarnos, ser amables, tolerancia a la espera.

Ejemplos :

- Presentaciones
- juegos de improvisación
- Teatro
- Conversaciones sobre películas
- Juegos de mesas

Estrategias de calma/autoregulacion

Fomentar herramientas para que el paciente pueda controlar y regular sus emociones, pensamientos y comportamientos. Promoviendo la elaboracion y resolucion de situaciones conflictivas.

Ejemplos :

- Yoga adaptado
- Relajación sensorial
- Respiración
- Técnicas de punteado
- Caminar

Actividades de la vida diaria (AVD)

- Fomentar una organización y planificación : Secuencias del como y de que forma .
- Praxias: coordinación óculo-manual, prensión, motricidad fina y gruesa, destrezas motoras, resistencia de hombro y brazos, movimientos de rotación, fuerza.

AVD BASICO

- Higiene personal
- Vestirse
- Alimentacion
- Uso del baño
- Movilidad

Objetivo específicos de X paciente

Dia y Hs	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
	16 a 18hs	14 a 17hs	.	16 a 18hs	16 a 18hs	13 a 17hs	-
Objetivos Terapeuticos	**TO**	**Kine**	**Nutri**	**Psicope**	**Fono**	**Psicologia**	**AT**
	Promover la participación en	Fortalecimiento muscular global	Mantener peso	Comprension oral y escrita	Respetar las pautas de asistencia en las	REsolucion de conflcitos	
	Brindar estrategias para disminuir las lesiones	Mejorar la coordinación y el equilibrio.	Seguridad alimentaria fisica y emocional	Lectura	Comprension y expresion	Flexibilidad cognitiva	
	HHSS		Pasos al comer	Memoria		HHSS	
	Mejorar coordinación oculomanual y			Velocidad de precesamiento			
Cuestiones a tener en cuenta	Riesgo Caida- Pasos en la alimentacion- Postura						

GENOPOLI

Asociación Colombiana Síndrome de Prader-Willi | Fundación SPINE | ACMGen Asociación Colombiana de Médicos Genetistas y Medicina Genómica

PLANIFICACION DE ACTIVIDADES

SALUDO INICIAL → **HABILIDADES SOCIALES**

CAMINATA HASTA LA PLAZA (30MIN)
TEMA DE CONVERSACION DEL INTERES DEL PACIENTE → **DESCENSO/MANTENIMIENTO DE PESO**
HABILIDADES SOCIALES

JUEGO : “CRUZAR EL TESORO POR EL PUENTE”
EL PACIENTE DEBERA MANIPULAR UNA “MONEDA”(PELOTA) CRUZAR DE POR EL “PUENTE” (SOGA) ESQUIVANDO POR ENCIMA LOS AGUJEROS DEL PUENTE (VALLAS EN ALTURA) AL LLEGAR “DEL OTRO LADO” DEBERA LANZAR LAS “MONEDAS” AL “COFRE” (ARO DE BASQUET) → **DESCENSO/MANTENIMIENTO DE PESO**
FORTALECIMIENTO MUSCULAR (EQUILIBRIO-COORDINACION)
AVD (PLANIFICACION Y ORGANIZACION DE MOVIMIENTOS
PRAXIAS (OCULO MANUAL)
POSTURA

ELONGACION + DIBUJA CON FIGURAS → **POSTURA**
ESTRATEGIAS DE LA CALMA
AUTOREGULIACION

GENOPOLI

Asociación Colombiana Síndrome de Prader-Willi

Fundación SPINE

ACMGen

ESTRATEGIAS

- INTERESES
- MOTIVOS Y BENEFICIOS
- LUDICAS Y RECREATIVAS
- MOTIVACION
- COMPETENCIA
- MUSICA
- DEPORTES / CIRCUITOS
- REFUERZOS POSITIVOS / RECOMPENSAS

GENOPOLI

Asociación Colombiana Síndrome de Prader-Willi | Fundación SPINE | ACMGen Asociación Colombiana de Médicos Genetistas y Medicina Genómica

ACTIVIDADES LÚDICO-RECREATIVAS / TERAPÉUTICAS

TENIENDO EN CUENTA TODOS LOS LINEAMIENTOS TRABAJADOS DURANTE LAS CLASES

- JORNADAS RECREATIVAS
- SALIDAS/PASEOS
- COLONIA DE INVIERNO
- COLONIA DE VERANO
- VIAJE TERAPEUTICO

GENOPOLI

Asociación Colombiana Síndrome de Prader-Willi

Fundación SPINE

ACMGen
ASOCIACIÓN COLOMBIANA DE MÉDICOS GENETISTAS Y MEDICINA GENÓMICA

GENOPOLI

Asociación Colombiana Síndrome de Prader-Willi

Fundación SPINE

ACMGen
ASOCIACIÓN COLOMBIANA DE MÉDICOS GENETISTAS Y MEDICINA GENÓMICA

GRACIAS