

Terapia ocupacional en el tratamiento rehabilitador del traumatizado de la mano

B. CERAME GARCIA *

Los egipcios ya empleaban la terapia ocupacional, así como la aplicaron los griegos, en forma de juegos y música para el tratamiento de los enfermos mentales.

El primer establecimiento siquiátrico en Europa en el que se empleó la T.O., fue un manicomio de Granada (España) y, coetáneo del mismo, un hospital psiquiátrico de Londres (rozando el año de gracia de 1240). A partir de entonces esta modalidad terapéutica fue de uso corriente en casi todos los hospitales en los que se trataba enfermos mentales.

En los albores del presente siglo se preparan los primeros terapeutas ocupacionales en los países anglosajones, siempre orientados hacia el tratamiento de los enfermos mentales.

Es en la primera guerra mundial cuando se empieza a usar la T.O. en el tratamiento de los heridos, asociada a las primeras medidas fisioterápicas.

A partir de este momento se va utilizando más y más la T.O., intensificándose su empleo en la segunda guerra mundial, creciendo su interés debido a los cada vez más numerosos accidentes de trabajo y de circulación, que traen consigo la cada día más creciente industrialización y mecanización, tributo que ha de pagar la humanidad, que se traduce en el aumento creciente de los accidentes y de las minusvalías.

Se crean escuelas de T.O. en Europa, tales como la de Charleroi (Bélgica), que dirige

el doctor Demoulin, Nancy (Francia) que dirige el profesor Pierquin y la de Madrid (España), que dirige el doctor H. Ruiz García.

No ha perdido actualidad la definición de terapia ocupacional, que en 1921 dio PATTISON: «Toda actividad mental o física, instaurada y conducida con el fin de alentar y contribuir a la recuperación en el caso de secuelas de enfermedades o traumatismos».

El fin principal de la T.O. es tratar de conseguir lo más rápidamente posible la colaboración activa del paciente en su tratamiento.

Como en toda lesión o enfermedad hay un componente psicossomático, nos será de gran utilidad la T.O., dado que la misma actúa sobre la psiquis y el soma del individuo.

Por medio de la T.O. restableceremos y mejoraremos el conjunto músculo-articular, así como la coordinación. Logrando una mejor tolerancia al trabajo. Mantendremos y mejoraremos el tono muscular y el equilibrio mental.

Su puesta en práctica influirá favorablemente sobre la actividad psico-motriz, despertando el interés del paciente e incrementando su capacidad de atención. Crearemos nuevas BANN, como dicen los alemanes, en su cerebro.

Servirá de relajante, a la vez que canalizará las energías y disminuirá las tendencias agresivas, sirviendo de válvula de escape.

Provocará un grado de fatiga, fácilmente controlable y normal. Motivará una perfecta o casi perfecta estabilidad emotiva. Influirá favorablemente en el comportamiento del enfermo y facilitará sus relaciones con los demás y con el medio ambiente que le ro-

(*) Profesor Encargado de la Asignatura de Rehabilitación en la U.D. de San Sebastián, perteneciente a la Facultad de Medicina de Bilbao.

Jefe del Servicio de Rehabilitación de la Residencia Ntra. Sra. de Aranzazu de la S.S. de Guipúzcoa.

dea. Favoreciendo la sociabilidad, mejorando el carácter, reactivando la confianza en sí mismo y en los demás. Provocando un autocontrol lo más perfecto posible. Haciendo adquirir al individuo una actitud responsable y social. Se logrará asimismo que el sujeto vea, cosa importante, la perspectiva inmediata del fin que se pretende cumplir, el cual compensará todos los esfuerzos realizados. Con todo ello conseguiremos una adaptación a la vida social inmediata, o sea al medio hospitalario, y más tarde lograremos el fin mediato, que es la readaptación social y laboral.

Al aplicar la T.O., haremos un tratamiento de higiene mental, superando la inquietud y la angustia, despertando el creciente interés del paciente por su tratamiento, por medio del trabajo y del juego.

También servirá de bálsamo o lenitivo para que el sujeto acepte con la debida y adecuada resignación su incapacidad límite o irreversible.

La T.O. puede ayudar de manera adecuada a la ampliación del diagnóstico, dándonos información en relación con otras personas y con el trabajo. Por medio de ella se puede evaluar la capacidad del individuo para realizar, bien sea un trabajo psíquico bien uno físico. Será una ayuda esencial para el establecimiento de una orientación profesional.

Al entretener por medio de la T.O. el espíritu del paciente, haremos desaparecer los síntomas síquicos reales o imaginarios de su handicap, así como lucharemos eficazmente contra el aburrimiento que puede provocar la monotonía de un tratamiento fisioterápico monocorde.

Por todo lo expuesto y por lo que a continuación detallaremos, el establecimiento lo más precozmente posible, de una adecuada T.O. en los traumatizados de la mano es de todo punto necesaria. La repercusión que va tener sobre el éxito de la rehabilitación y de la posterior readaptación social y laboral del accidentado va a ser enorme.

La mano es un órgano muy delicado y complejo, tanto en lo que a sus estructuras se refiere como en lo que respecta a sus funciones; en el momento en que quedan en la misma unas secuelas invalidantes, la limitación así provocada se centra y repercute no sólo en la mano, sino también, punto éste muy importante, en el cerebro que la comanda; la T.O. a través de la mano, va a vencer las inhibiciones psíquicas que van a aparecer irremisiblemente, esto lo hará al producirse por su intermedio la rotura del freno que provoca tanto el temor al dolor, como a la incapacidad. A la par que, como hemos dicho, si está bien establecida y orientada, será una base sólida sobre la que se asentará el reentrenamiento al esfuerzo y la posterior reeducación profesional.

Si la T.O. es importante en todo tipo de pacientes, en la mano es esencial, consiguiendo con ella uno de los postulados más importantes en Rehabilitación, que es no trabajar encima del enfermo, sino trabajar con el enfermo. Con ello iremos adecuando y encaminando la función restante a una función social.

Es enorme el efecto de la cura psíquica que supone la alegría que le produce al traumatizado de la mano vencer sus temores y observar que puede poco a poco efectuar trabajos cada vez más complicados. El psiquismo tiene una importancia extrema en la evolución de la lesión traumática de la mano. En el síndrome post-traumático de la mano con objeto de evitar recidivas, se asociará a la T.O. sedante y antiálgica un adecuado empleo de ortesis cuando se juzgue necesario.

Como ya dejamos intuir anteriormente la T.O. es muy ambiciosa, pero su ambición no es desorbitada, sino que es justa, pues pretende por medio de trabajos y juegos la reinsertión social y laboral del accidentado.

Por creerlo de importancia me van a permitir que señale ciertos principios básicos de la T.O., que guardan estrecha relación con la rehabilitación de las secuelas de

la mano traumatizada. Por medio de ella haremos posible, o mejor dicho, provocaremos el deseo innato de todo paciente a curarse. Haremos amena la Rehabilitación. Graduaremos la tolerancia al trabajo, creando una especie de gradual entre la ociosidad obligatoria de toda convalecencia y la reanudación al trabajo. Por medio de la T.O. se da al accidentado sentido de la responsabilidad social. La T.O. nos ayudará a resolver las dificultades que pueden surgir en la rehabilitación de sujetos desplazados o inadaptados.

Está demostrado que la T.O. de grupo da mejores resultados que la individual, pues por medio de la primera se favorece la emulación y la crítica.

La elección de las ocupaciones debe hacerse en función del gusto y de las aptitudes o posibilidades de los pacientes. La dificultad, la duración, y en suma la dosificación de los trabajos se deben variar en el curso del tratamiento rehabilitador.

Para instaurar un tratamiento ergoterápico, se puede recurrir a dos sistemas:

— Utilizar las ocupaciones que hacen ejecutar el movimiento analítico del grupo muscular afecto, o bien,

— Instaurar ocupaciones de tipo general que ejerza globalmente la parte afectada.

Aunque la terapia ocupacional necesita para su instauración un centro perfectamente equipado y un personal especializado, siendo indudablemente mayor su eficacia si se emplean los medios industriales o semi-industriales que posee un centro especializado en la práctica corriente, aun con medios reducidos, se pueden obtener buenos resultados.

Es ideal trabajar en un local donde los ruidos molesten lo menos posible. Es relativamente fácil disponer de una serie de materiales y herramientas, como pueden ser: martillos de peso y de grosor diferente, destornilladores, berbiquís, sacabocados, sacacorchos, tenazas, clavos, tornillos, tachue-

las, planchas de madera de diferente grosor y tamaño, puertas, llaves inglesas, tijeras de tela, tijeras de papel, hilos, cuerdas, perlas, botones, pasta de modelar, máquina de escribir, telares de pie, telares de mano, máquina de coser, etc. En fin son innumerables los objetos y herramientas, así como las ocupaciones a ejercitar, dependiendo el número de las mismas de la fertilidad imaginativa del terapeuta. Como tipo de terapia recreativa se puede usar el tiro al blanco con dardos, el fútbol de mesa, el ajedrez de viaje, las damas, etc.

Aparte de todos los trabajos a realizar con el instrumental descrito anteriormente, podemos ejercitar la prehensión con la ayuda de objetos de tamaño y formas diferentes; es muy útil el empleo del conjunto mural con una serie de artilugios de uso en la vida diaria (interruptores de luz, picaportes, cerrajos de todo tipo, disco telefónico, etc.). La prehensión fina se puede ejercitar con tarjetas numeradas que se van introduciendo en ranuras diferentemente orientadas.

El trenzado y los nudos son también trabajos importantes a realizar, pues en su realización interviene el hombro, el codo, la muñeca y los dedos. Con relación al trabajo que realiza la muñeca, debemos señalar que si se aprieta el nudo haciendo supinación del antebrazo, fortaleceremos los extensores y si hacemos una pronación fortaleceremos los flexores. En el trabajo del trenzado y en relación con los dedos, el trabajo se realizará en flexión si la lanzadera es estrecha, y haremos trabajar los extensores si es gruesa.

La cestería está indicada en todas las fases de la reeducación del miembro superior; por lo que a la mano se refiere, influirá sobre los músculos extensores y flexores de la muñeca, desarrollará la destreza en las articulaciones de los dedos y fortalecerá los músculos, dará ligereza a los dedos y fortalecerá a los músculos propios del pulgar. Con el empleo de telares podremos tratar indistintamente y a la vez los miembros su-

periores e inferiores. En un telar se puede recuperar y fortificar la pronosupinación, adicionando al mismo una manilla adecuada, y también la flexo-extensión y la movilización de las articulaciones interfalángicas.

Se pueden utilizar asimismo telares de perlas, la marquetería, la carpintería y la ebanistería.

En una fractura de muñeca, la que está inmovilizada por el oportuno yeso, se puede entretener el juego fisiológico de los dedos por medio de todos los sistemas de que dispone la T.O.

El ejecutar dibujos pegando a un papel cintas de colores, aparte de desarrollar la destreza manual, produce una satisfacción artística.

El lanzamiento de los dardos, ya citado, coordina la fuerza y la precisión del gesto, influyendo particularmente sobre las inclinaciones laterales de la muñeca.

Es conveniente instaurar una T.O. adecuada para cada paciente.

La T.O. se debe emplear primordialmente cuando el sujeto necesita una educación postural más variada y más interesante. Después de todo lo dicho podemos concretar señalando dos indicaciones esenciales de la T.O.:

1.^a El estancamiento del proceso de curación de las secuelas debido a desinterés progresivo o de aparición brusca.

2.^a El deseo demasiado precoz de la vuelta al trabajo, coincidiendo con un estado del órgano afecto que no lo hace factible.

Es en estos casos, sobre todo, en los que la T.O. con los pequeños medios de que podemos disponer en la práctica corriente, donde puede dar unos resultados terapéuticos óptimos que de otro modo no se podrían conseguir.