

MOVILIZACIÓN TEMPRANA Y EJERCICIO TERAPÉUTICO

EN EL PACIENTE CON COVID-19 EN FASE AGUDA



Toda actividad de movilidad que inicia inmediatamente después de la estabilización fisiológica, neurológica y cardiovascular



En las primeras 24 a 48 horas de admisión a UCI

Progreso de las transferencias



ESTRATEGIAS PREVENTIVAS

!Despierte, respire y muevase;

El ABC para la prevención de la discapacidad a largo plazo asociada con debilidad muscular adquirida en UCI



AWAKENING

Despertar usando sedación ligera o mínima

BREATHING

Ensayos de respiración espontánea

COORDINATED

Coordinación del equipo interdisciplinario

DELIRIUM

Monitorización y manejo del delirio

EARLY EXERCISE

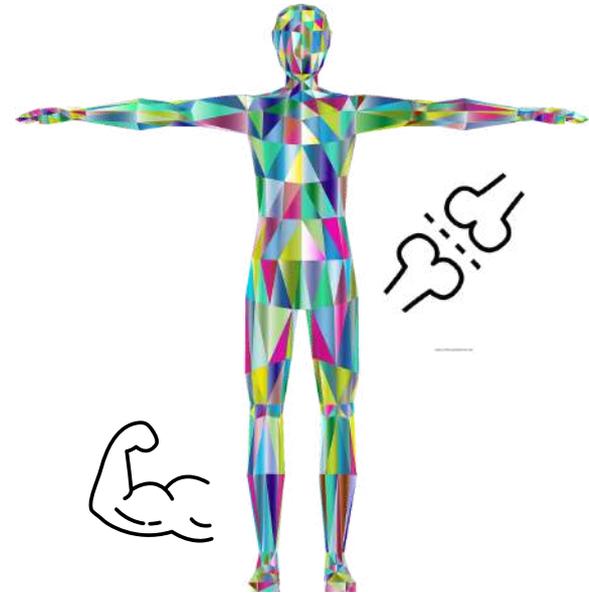
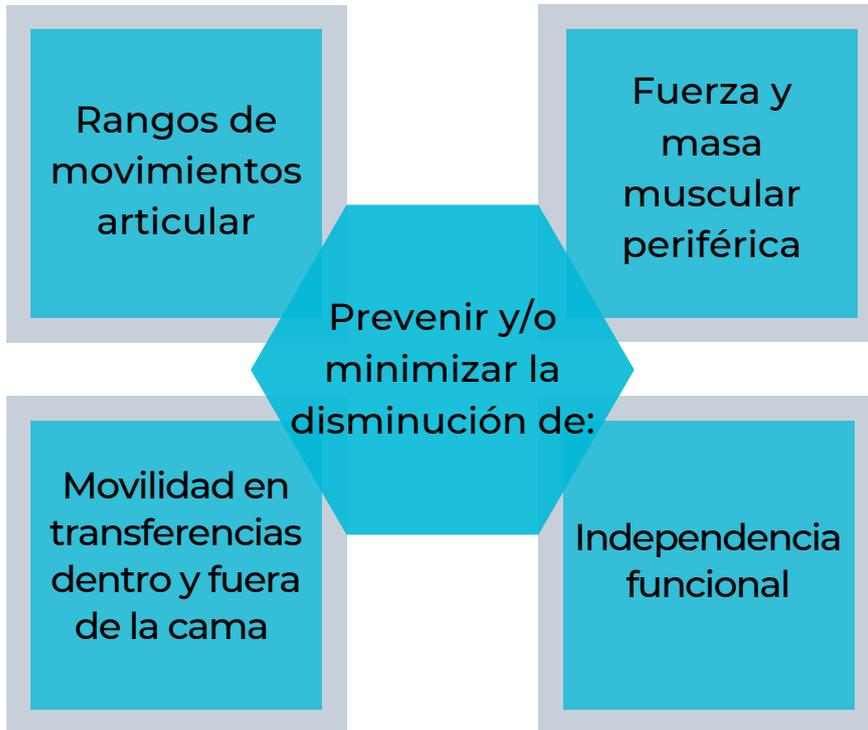
Movilización y deambulación temprana

GRUPO FISIOTERAPIA, COVID-19 Y SERVICIOS DE UCI

OBJETIVOS TERAPÉUTICOS



Para inicio temprano, en fase aguda de una enfermedad crítica



En paciente con COVID-19 y en presencia de estabilidad cardiorespiratoria y metabólica, el fisioterapeuta debe:

Establecer un plan terapéutico para **preservar el estado funcional**

Comenzar el proceso de **rehabilitación con un enfoque funcional**



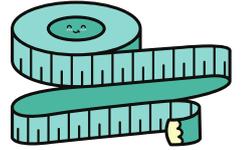
Fisioterapeuta, recuerde siempre el uso de EPP, incluyendo la mascarilla de alta eficiencia o N95

GRUPO FISIOTERAPIA, COVID-19 Y SERVICIOS DE UCI

PAPEL DEL FISIOTERAPEUTA



Utilizar instrumentos de medición funcional en el paciente crítico. Ya traducidos y adaptados al español



PERME SCORE

IMS

CPAX



Establecer estrategias que disminuya la incidencia de la debilidad muscular adquirida en UCI



Movilización temprana y ejercicio terapéutico



!Cuidado; Cuando sea seguro hacerlo



Establecer pautas y criterios de intervención fisioterapéutica



Especificidad



COVID-19 en fase aguda



Evaluar el nivel de funcionalidad al egreso de la UCI



Indice de Barthel



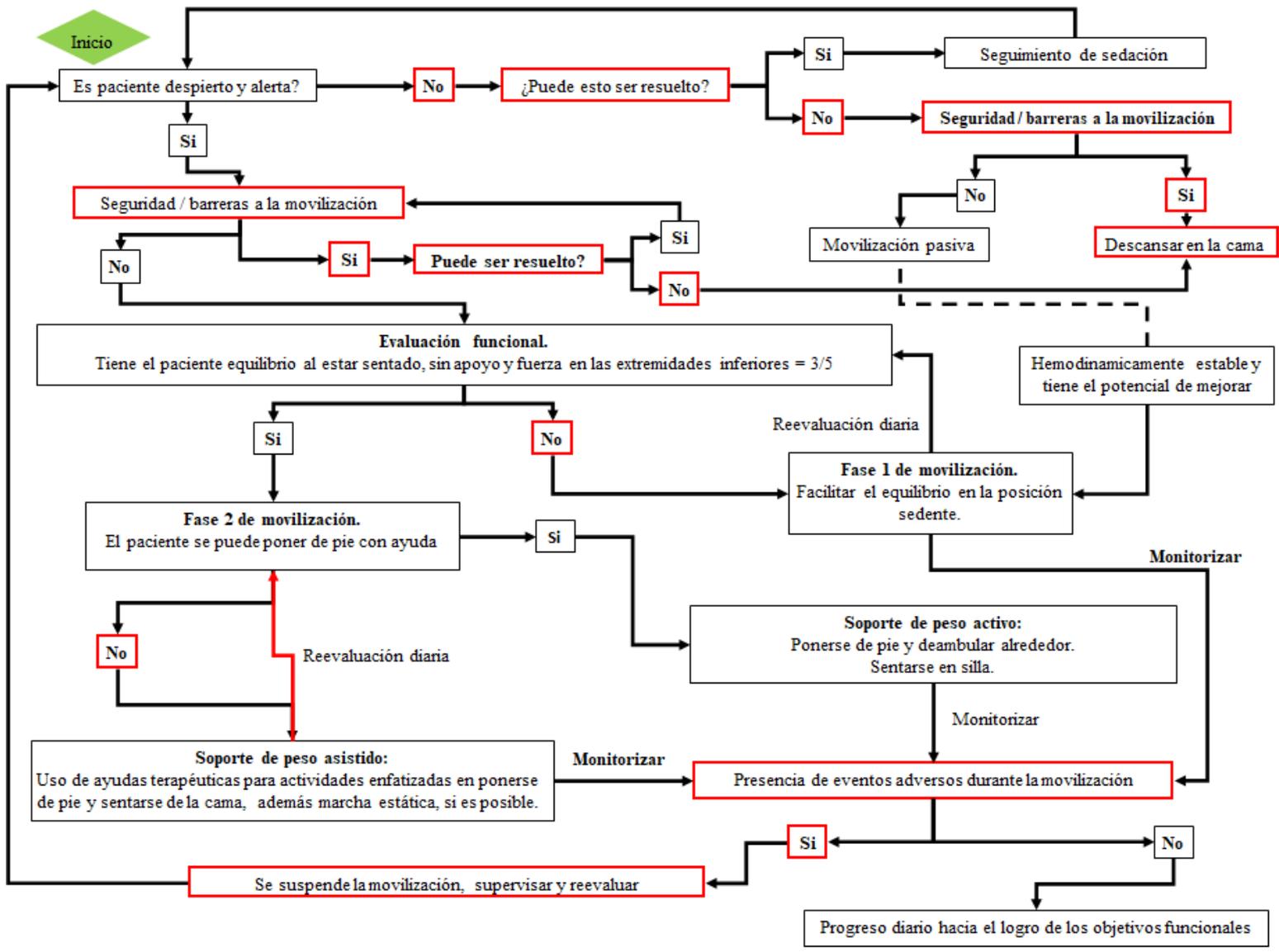
Educar a la familia y paciente sobre la nueva condición de salud y la participación en el proceso de rehabilitación.



GRUPO FISIOTERAPIA, COVID-19 Y SERVICIOS DE UCI

ruta de identificación

¿Cuándo es el momento propicio para iniciar la movilización temprana?



Margot Green et al. Mobilization of intensive care patients: a multidisciplinary practical guide for clinicians. Journal of Multidisciplinary Healthcare. 2016

GRUPO FISIOTERAPIA, COVID-19 Y SERVICIOS DE UCI



FASES DE LA MOVILIZACIÓN



Sentado a 45° en cama

Desplazamiento anterior del tronco desde la superficie de apoyo (cama) hasta 45°

Sentado al borde de la cama

Movilización completa del cuerpo hasta el borde de la cama con flexión de cadera y rodilla a 90° y apoyo plantar



Sedente en silla

Traslado con o sin asistencia desde el borde de la cama hasta la silla.

Tolerancia min. 15 m

Equilibrio sentado estático y dinámico.

Sentado a posición bípeda

Adopción de postura bípeda con asistencia o supervisión.



Deambulaci3n

Deambulaci3n con asistencia t3cnica (caminador) y/o acompa1amiento.

Descargas de peso

Distancias cortas frecuentes

GRUPO FISIOTERAPIA, COVID-19 Y SERVICIOS DE UCI

PLANIFICACIÓN DE LAS INTERVENCIONES

PACIENTE HOSPITALIZADO EN UCI SIN VENTILACIÓN MECÁNICA

!Uso obligatorio de mascarilla quirúrgica por parte del paciente;



Enfatizar en el correcto posicionamiento de la cama

Uso de escalas de movilidad funcional, definiendo el inicio y el seguimiento



Intensidad baja y a tolerancia del paciente

Se pueden prescribir recomendaciones escritas, autodirigidas.



Entrega de un plan de actividades con tareas del día

PACIENTE HOSPITALIZADO EN UCI CON VENTILACIÓN MECÁNICA

!Verificar condiciones de seguridad y necesidad de intervención;



Uso de protocolos de destete ventilatorio, donde se incluya evaluación diaria de la preparación para la respiración espontánea

Favorece la evaluación e intervención de la musculatura respiratoria



Para el entrenamiento de los músculos respiratorios, se sugiere usar la sensibilidad del ventilador

La desconexión del ventilador, para trabajo con equipos externos aumentaría la producción de aerosoles



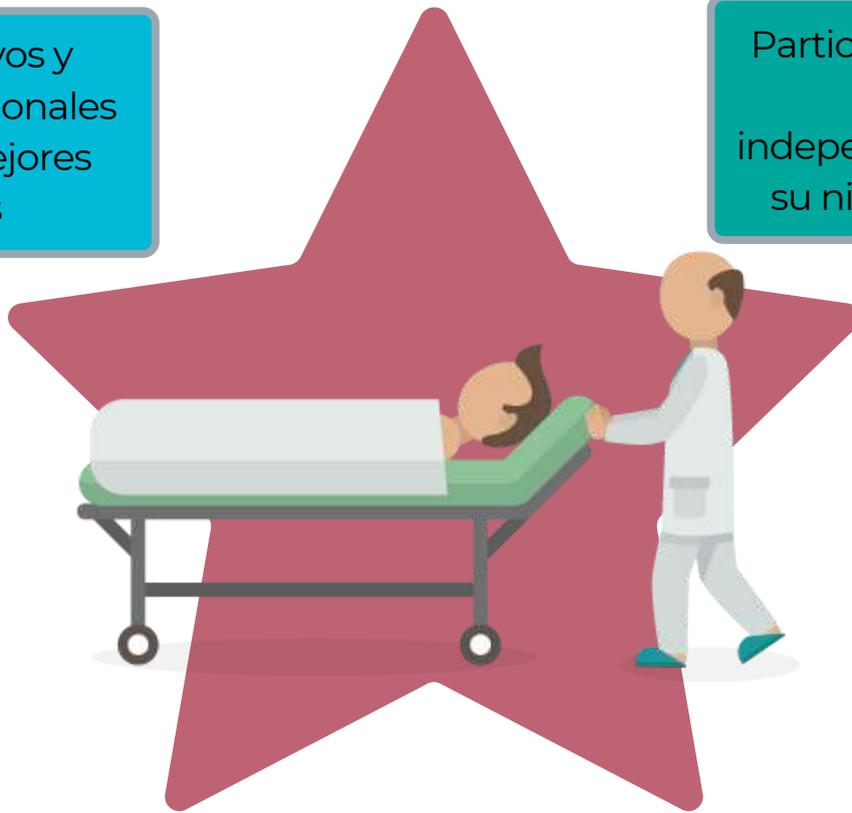
GRUPO FISIOTERAPIA, COVID-19 Y SERVICIOS DE UCI

IMPLICACIONES PARA LA PRÁCTICA

Experiencia/conocimiento del fisioterapeuta en la prescripción → Crucial para los resultados funcionales

Ejercicios activos y actividades funcionales conducen a mejores resultados

Participación activa del paciente, independientemente de su nivel de asistencia



Uso de técnicas manuales y ejercicios para facilitar la contracción muscular

Utilización de cicloergometro, estimulación muscular eléctrica, si es posible. No es indispensable

GRUPO FISIOTERAPIA, COVID-19 Y SERVICIOS DE UCI