

Trabajar con un terapeuta ocupacional para volver al trabajo

por Sean Toren

Las amputaciones de extremidad superior representan una serie de problemas para quienes desean volver a incorporarse a la fuerza laboral. De todos modos, tanto si está a punto de someterse a una cirugía de amputación como si acaba de hacerlo, hay ciertos pasos que puede tomar para mejorar sus opciones de retornar a la fuerza laboral exitosamente. En efecto, incluso si usted ha sufrido una amputación hace mucho tiempo, podría descubrir que existen nuevas soluciones tecnológicas y médicas que le pueden permitir hacer cosas que antes le parecían imposibles.



Janet Bombard en un seminario diseñado para educar a terapeutas ocupacionales acerca de las necesidades de rehabilitación de los amputados.

Ser parte del equipo

Su equipo médico probablemente incluya a su cirujano y una enfermera, un protésico que elaborará su prótesis y un terapeuta ocupacional que le ayudará a prepararse y usar su prótesis.

Posiblemente también cuente con un gestor de casos de indemnización laboral, si la amputación está relacionada con su empleo, y una trabajadora social o terapeuta clínica titulada, si atraviesa por problemas emocionales.

Pero no olvide que usted también es parte del equipo. En efecto, su propia instrucción acerca de este proceso y la comprensión de sus necesidades son vitales para obtener los mejores resultados posibles.

Fase preoperatoria

Si usted tiene la oportunidad de entrevistarse con

un terapeuta ocupacional antes de la cirugía, ese profesional evaluará su fortaleza y capacidad motriz y probablemente le recomendará una terapia de manera inmediata para reforzar las áreas necesarias a fin de que se encuentre mejor preparado para usar su prótesis de la mejor manera posible.

Algunos terapeutas ocupacionales también conocen las soluciones protésicas y colaborarán con su protésico para garantizar que usted puede usar la prótesis lo mejor posible.

Fase postoperatoria/de adaptación preprotésica

Después de someterse a una cirugía de amputación usted se entrevistará con el terapeuta ocupacional —y posiblemente un protésico— que le preparará para su

adaptación protésica. El terapeuta ocupacional empezará (o continuará) con terapia de fortalecimiento y de amplitud de movimiento. La terapia que trabaja la amplitud de movimiento es especialmente importante en esta etapa porque usted no quiere perder su fortaleza y flexibilidad. De hecho, usted probablemente necesitará aún más fortaleza y flexibilidad después de la amputación para poder usar su prótesis de la mejor manera posible.

Su terapeuta ocupacional también le enseñará cómo envolver su muñón para controlar las inflamaciones, y dar forma y preparar el mismo para la prótesis. Además, le ayudará a controlar cualquier cicatriz en el muñón.

Ese es un buen momento para discutir sus metas funcionales para la casa y el trabajo y aprender, cómo usted, su terapeuta ocupacional y su protésico pueden colaborar para alcanzar esas metas, ya sea a través de una prótesis o un equipo de adaptación.

Después de su adaptación protésica

Una vez que le hayan adaptado su nueva prótesis y después de haber aprendido a cuidar de la prótesis y del muñón, comenzará el proceso de “entrenamiento funcional” con su terapeuta ocupacional. El número de sesiones que usted tendrá dependerá de su seguro médico y de las políticas de indemnización laboral en su región, y pueden extenderse desde unos cuantos días hasta varios meses.

Lo que usted aprenda (y cuán exitoso sea) dependerá de su propia disciplina y motivación junto con el apoyo y conocimiento especializado de su terapeuta ocupacional.

El entrenamiento funcional empieza con el aprendizaje de cómo usar la prótesis levantando objetos de diferente forma y densidad, y manipulando objetos en un tablero (con agujeros para insertar clavijas). Una vez que usted domine esas actividades, su terapeuta ocupacional empezará a trabajar en actividades de la vida diaria —las cosas que usted necesita hacer para vivir su vida—. Si usted quiere trabajar con un computador, jugar al golf, conducir un automóvil, converse con su terapeuta ocupacional acerca de las estrategias que le permitan alcanzar esos objetivos. Esas estrategias pueden surgir de diferente forma, como aprender a teclear con una mano, practicando diligentemente con su prótesis o usando un equipo de adaptación. El



equipo de adaptación incluye artefactos como un gancho de botones para vestirse, una pizarra inclinada para escribir, y herramientas especiales o adaptadores que se adhieren a su encaje protésico. Su terapeuta ocupacional es una excelente fuente de estrategias de ayuda, pero usted también encontrará apoyo en grupos de orientación y redes de compañeros visitantes.

Volver al trabajo

Si usted ha tenido un accidente de trabajo, puede conversar con un gestor de casos clínicos para volver a la fuerza laboral. Dependiendo del estado en que viva, la indemnización laboral puede cubrir los gastos de rehabilitación profesional. Si usted recibe entrenamiento de rehabilitación vocacional, su terapeuta ocupacional probablemente creará junto con su administrador de caso un plan para reincorporarlo a su empleo.

Usted necesitará discutir si quiere o tiene la posibilidad de volver a su antiguo empleo y cuáles son sus oportunidades de empleo. Su terapeuta ocupacional puede ayudar a simular ambientes similares al puesto de trabajo y determinar si necesita algún entrenamiento extra o si requiere cualquier dispositivo de adaptación para hacer su trabajo. Incluso lo puede acompañar a su lugar de trabajo para realizar una evaluación in situ y satisfacer las demandas que requieran de usted en ese sitio (*Ver páginas 71, 78-84.*)

Mientras algunos empleos requieren poco entrenamiento extra, el nivel de su amputa-

ción o las características físicas de su trabajo pueden requerir que usted desarrolle una fortaleza y perseverancia específica para el empleo. Ese tipo de entrenamiento se denomina “rehabilitación laboral” y generalmente incluye un programa diseñado por su terapeuta ocupacional que puede durar desde un día hasta varios meses. La meta de la rehabilitación laboral consiste en brindarle las herramientas que necesitará para triunfar —y posiblemente determinar los límites y la cantidad de trabajo que puede realizar—.

Enseñar nuevos trucos a un amputado

Si usted recibió una prótesis hace muchos años, se dará cuenta de que tiene problemas en el uso de la prótesis a medida que envejece, especialmente si usa una prótesis de control corporal.

Si es así, puede ser un buen momento para comunicarse con su protésico o su terapeuta ocupacional. Si usted no tiene un protésico o un terapeuta ocupacional, pida consejo a su médico de familia. Es importante que su protésico esté al tanto de los recientes avances en tecnología de extremidades superiores. Si usted recibe la tecnología apropiada y un entrenamiento adecuado de su terapeuta ocupacional, sus oportunidades de volver al trabajo con éxito crecen dramáticamente.

Sobre el autor

Sean Toren es el gerente de Comunicaciones Técnicas de Otto Bock HealthCare.