



UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA
PROGRAMA DE FISIOTERAPIA



**“EJERCICIOS KINÉSICOS RESPIRATORIOS EN
EL ADULTO MAYOR PARA MEJORAR LA
EXPANSIBILIDAD TORÁCICA”**

Trabajo de Monografía presentado
para optar al Título de Técnico
Superior en Fisioterapia

Autor : Moira Sánchez Velásquez
Tutor de Fondo: Lic. Janet Ramírez
Tutor de Forma: Lic. José Luis Claire F.

Cochabamba – Bolivia
2007

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO 1	
1. PRESENTACIÓN DE LA PATOLOGÍA Y EL TRATAMIENTO KINÉSICO	
1.1 La Patología y el tratamiento en el contexto que se ubican	3
1.2 Justificación de la elección del tema.....	4
1.3 Objetivos de la presentación.....	5
1.3.1 Objetivo General.....	5
1.3.2 Objetivos específicos.....	5
CAPÍTULO 2	
SUSTENTACIÓN TEÓRICA	
2.1 Fisiología del aparato respiratorio.....	6
2.1.1 La Respiración.....	6
2.1.1.1 Ventilación pulmonar.....	6
2.1.1.2 Respiración externa.....	6
2.1.1.3 Respiración interna.....	6
2.1.2 Anatomía del aparato respiratorio	6
2.1.2.1 Vía respiratoria alta.....	6
2.1.2.2 Vía respiratoria Baja	8
2.1.3 Cambios de presión durante la ventilación pulmonar	10
2.1.3.1 Inspiración.....	10
2.1.3.2 Espiración.....	11
2.1.4 Tipos de Respiración	11
2.1.4.1 Respiraciones superficiales.....	11
2.1.4.2 Respiraciones profundas.....	12
2.1.5 Modificaciones de la respiración.....	12
2.1.6 Volúmenes y capacidades pulmonares.....	12
2.1.6.1 Volúmenes pulmonares.....	12
2.1.6.2 Capacidades pulmonares.....	13
2.1.7 Función del centro respiratorio.....	14
2.1.7.1 Área de ritmicidad bulbar.....	14
2.1.7.2 Área neumotóxica.....	14
2.1.7.3 Área apnéstica.....	14
2.1.8 Espirometría.....	14
2.1.9 Biomecánica de la respiración	15
2.2 Envejecimiento del aparato respiratorio.....	17
2.2.1 Cambios con el envejecimiento.....	17
2.2.1.1 Cambios estructurales.....	18
2.2.1.2 Cambios a nivel funcional.....	18
2.2.2 Principales cambios en la fisiología pulmonar durante el envejecimiento	20
2.2.3 Efecto de los cambios del aparato respiratorio.....	21
2.2.4 Mecanismo de defensa.....	21
2.2.4.1 Mecanismos constitutivos.....	22
2.2.4.2 Mecanismos adquiridos.....	22
2.2.5 Problemas comunes en el envejecimiento.....	22

2.2.6 Prevención de los efectos secundarios del envejecimiento del aparato respiratorio.....	23
2.3 Tratamiento Kinesico-Respiratorio para la Expansión Torácica.....	23
2.3.1 Termoterapia.....	24
2.3.1.1 Mecanismo de transmisión.....	24
2.3.1.2 Efectos fisiológicos.....	25
2.3.1.3 Efectos terapéuticos.....	26
2.3.1.4 Indicaciones.....	26
2.3.1.5 Contraindicaciones.....	27
2.3.1.6 Tipos de termoterapia.....	27
2.3.2 Masoterapia.....	27
2.3.2.1 Tipos de masaje.....	27
2.3.2.2 Diferencia entre los tipos de masaje.....	28
2.3.2.3 Efectos fisiológicos y terapéuticos.....	28
2.3.2.4 Técnicas del masaje.....	29
2.3.2.5 Indicaciones.....	30
2.3.2.6 Contraindicaciones.....	31
2.3.3 Kinesioterapia Respiratoria.....	31
2.3.3.1 Respiración Abdominodiafragmática.....	32
2.3.3.2 Ejercicios para fortalecer los músculos respiratorios.....	33
2.3.3.3 Ejercicios para aumentar la expansibilidad torácica.....	34
2.3.3.4 Ejercicios para aumentar la capacidad respiratoria.....	34
2.3.3.5 Beneficios de la Kinesioterapia Respiratoria.....	35
2.3.3.6 Contraindicaciones de la Kinesioterapia Respiratoria.....	36

CAPÍTULO 3

PROTOCOLO KINÉSICO FÍSICO

3.1 El tratamiento seguido.....	37
3.1.1 Ficha Kinesico Física.....	37
3.1.2 Objetivos de tratamiento.....	39
3.1.3 Esquema de tratamiento.....	40
3.1.4 Hoja de evolución.....	44
3.2 Conclusiones.....	47
3.3 Recomendaciones.....	48

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	49
--	-----------

ANEXOS

GLOSARIO

INTRODUCCIÓN

La mayoría de las personas y mas que todo el personal de salud están familiarizados con las enfermedades más comunes y prevalentes que se presentan en la población geriátrica, pero pocos son los conocedores de los cambios fisiológicos normales que se producen con el envejecimiento, los cuales pueden determinar la presencia o ausencia de síntomas, el nivel de funcionamiento y el resultado de exámenes aparentemente normales.

Específicamente está monografía destaca información sobre los cambios anatómicos y fisiológicos del aparato respiratorio durante el envejecimiento.

El aparato respiratorio se encuentra expuesto por seis o más décadas a un gran número de agresores tóxicos y contaminantes ambientales; a pesar de la función de barrera que ejerce la vía aérea superior. Debido a lo mencionado el sistema puede presentar grandes cambios a nivel funcional y estructural.

El primer capítulo de esta monografía hace una breve presentación del centro Geriátrico donde se llevo a cabo el tratamiento kinésico-respiratorio, la presentación de los datos de la paciente y por último los motivos y objetivos que se quiere conseguir con la monografía.

El segundo capítulo, conlleva a recordar la anatomía y fisiología del aparato respiratorio cuyo conocimiento es de suma importancia al momento de realizar el tratamiento kinésico-respiratorio, además hace referencia a los cambios estructurales y funcionales del aparato respiratorio durante el envejecimiento, cuyas características muestran: un retroceso elástico pulmonar, la distensibilidad de la pared torácica, la disminución del intercambio gaseoso y la fuerza de los músculos espiratorios e inspiratorios incrementando así el trabajo respiratorio.

Finalmente el tercer capítulo hace referencia al tratamiento kinésico-Respiratorio y a los resultados obtenidos con el caso propuesto donde no existía una patología pero si los cambios funcionales y estructurales en aparato respiratorio durante el proceso de envejecimiento. El tratamiento consiste en la aplicación de termoterapia

(compresas húmedo calientes), masoterapia (técnicas de deslizamiento, percusión (tapoteo), vibración) y ejercicios kinésico-respiratorios, obteniendo como resultado relajar la fatiga muscular de la caja torácica, mejorar el tipo de respiración, aumentar la expansibilidad torácica, aumentar la capacidad respiratoria, fortalecer los músculos espiradores e inspiradores y por ende mejorar la calidad de vida.