Rehabilitación

Esta sección ha sido revisada y aprobada por la Junta editorial de Cancer.Net [1], January / 2012

La rehabilitación del cáncer ayuda a una persona con cáncer a obtener el mejor funcionamiento físico, social, psicológico y laboral durante y después del tratamiento del cáncer. El objetivo de la rehabilitación es ayudar a la persona a recobrar el control sobre muchos aspectos de su vida y a permanecer tan independiente y productiva como sea posible. La rehabilitación puede ser valiosa para cualquier persona con cáncer y para aquellas personas que están en recuperación del tratamiento del cáncer.

Cómo puede ayudar la rehabilitación del cáncer

La rehabilitación puede mejorar la calidad de vida de las personas con cáncer y sus familias, e incluye:

- Mejorar la fortaleza física para ayudar a compensar cualquier limitación relacionada con el cáncer o su tratamiento.
- Ayudar a la persona con cáncer a ser más independiente y menos dependiente de sus cuidadores.
- Ayudar a la persona con cáncer a adaptarse a las pérdidas reales, percibidas y potenciales debido al cáncer y su tratamiento.
- Reducir los problemas con el sueño.
- Disminuir la cantidad de hospitalizaciones.

Servicios de rehabilitación del cáncer

Muchos centros oncológicos y hospitales ofrecen una diversidad de servicios de rehabilitación del cáncer a sus pacientes, o están dispuestos a ayudarles a identificar los recursos locales para asistir con la rehabilitación. Se alienta a los pacientes y los familiares a estar activos y ser socios informados en el proceso de rehabilitación y a buscar los servicios que necesitan. Consulte a un enfermero o trabajador social sobre los servicios que le interesan:

- Educación y asesoramiento para el paciente y la familia
- Técnicas y medicamentos de manejo del dolor
- El asesoramiento nutricional.
- Programas de ejercicio para ayudar a desarrollar fuerza, resistencia y movilidad
- Programas de apoyo y educación para dejar de fumar
- Asistencia con las actividades de la vida diaria (activities of daily living, ADL), como comer, beber, vestirse, bañarse, ir al baño, cocinar y hacer las tareas domésticas básicas

El equipo de rehabilitación del cáncer

Un equipo de profesionales de la atención médica que trabajan juntos proporciona la rehabilitación integral del cáncer. El equipo ayuda a la persona a adaptarse a su situación, tanto en caso de que los cambios sean temporales como permanentes. Estos profesionales pueden incluir los siguientes:

OncólogoEs un médico que se especializa en la atención y el tratamiento de personas con cáncer. Puede ser responsable de coordinar al equipo de rehabilitación del cáncer.

Fisiatra (también llamado especialista en rehabilitación) Esta persona es un médico que trata lesiones y enfermedades que afectan la forma en que se mueve, incluido el tratamiento del dolor. Encuentre un fisiatra en su área [2].

Enfermero de rehabilitación Un enfermero de rehabilitación se especializa en asistir a las personas con una enfermedad crónica, discapacidad o lesión en la restauración de las funciones físicas y en la adaptación a un entorno o estilo de vida modificado. Un enfermero de rehabilitación ayuda a las personas con cáncer a aumentar su independencia, reducir las posibles complicaciones después del tratamiento del cáncer, proporcionar educación y asesoramiento para el paciente y la familia, y asistir en la administración del caso.

Fisioterapeuta. Un fisioterapeuta trabaja con pacientes para ayudar a restablecer la movilidad y las funciones físicas y, al mismo tiempo, prevenir una mayor discapacidad. Este servicio puede ser de particular importancia para las personas que perdieron tono muscular debido a un reposo en cama prolongado, que tienen problemas con el equilibrio o que necesitan usar bastones u otros dispositivos de asistencia después del tratamiento del cáncer.

Terapeuta ocupacional. Un terapeuta ocupacional ayuda a las personas a prevenir y a vivir con la enfermedad, lesión o discapacidad. Por ejemplo, puede ayudar a alguien a evitar el linfedema después de una cirugía de cáncer de mama. Además, los terapeutas ocupacionales están capacitados para evaluar el diseño de la casa, escuela o lugar de trabajo para aumentar la movilidad de los pacientes y asistirlos con las actividades de la vida cotidiana.

Terapeuta recreativo. Un terapeuta recreativo ayuda a la persona con cáncer a reducir el estrés, la ansiedad y la depresión a través de juegos, ejercicio, arte, manualidades y música para desarrollar confianza y fortalecer las habilidades personales.

Dietista. Un dietista es un profesional de los alimentos y la nutrición que responde preguntas acerca de la nutrición y ayuda a las personas con cáncer a planificar menús para satisfacer las necesidades especiales. Los dietistas pueden proporcionar asesoramiento nutricional, desarrollar planes de comidas y controlar el peso corporal y las necesidades calóricas y alimentarias de una persona con cáncer.

Psicólogo/psiquiatra. Estos y otros profesionales de la salud mental trabajan para tratar las necesidades emocionales, psicológicas y conductuales de la persona con cáncer y su familia. Estas necesidades pueden ser anteriores o pueden ser una consecuencia de la enfermedad o de los tratamientos. Estos profesionales de la salud mental pueden ayudar a los pacientes a procesar su experiencia y hallar formas de afrontar los cambios en sus vidas.

Trabajador social. Un trabajador social puede asesorar a los pacientes y sus familias en la planificación del alta hospitalaria (transferir la atención del hospital a la casa) y el cuidado en el hogar, ayudar con las habilidades de asimilación y las adaptaciones en el estilo de vida, y facilitar grupos de apoyo. Los trabajadores sociales también están capacitados para ayudar a las personas que viven con cáncer a afrontar las preocupaciones financieras y proporcionar nexos a recursos comunitarios. Conozca cómo puede ayudar un trabajador social [3].

Asistente de atención médica en el hogar. Esta persona proporciona servicios de cuidado personal ayudando a las personas con las actividades de la vida diaria, como bañarse, vestirse, ir al baño y desplazarse. Algunos asistentes de atención médica en el hogar están especialmente capacitados para proporcionar servicios más complejos, bajo la supervisión de un enfermero. Obtenga más información sobre la atención médica en el hogar [4].

Consejero vocacional. Un consejero vocacional se especializa en ayudar a las personas que están en recuperación del cáncer a encontrar y mantener un trabajo satisfactorio. Es importante para aquellas personas que quizás ya no puedan regresar a sus puestos anteriores debido a limitaciones físicas o emocionales.

Miembro del clero/capellán. Este profesional es un miembro capacitado del clero que ofrece apoyo espiritual y rituales para los pacientes y sus familias, facilita grupos de apoyo y ofrece apoyo en situaciones de crisis de la salud. La mayoría de los hospitales tiene miembros del clero en el personal que trabajan con personas de todas las religiones. Algunas personas pueden preferir trabajar con su propio clérigo.

Administrador de casos. Un administrador de casos ayuda a diseñar y controlar el programa de rehabilitación del cáncer. Los administradores de casos a menudo actúan como nexo entre la persona con cáncer, el equipo de rehabilitación del cáncer y el proveedor de seguros.

Patólogo del habla. Este profesional se especializa en trastornos de la comunicación. Un patólogo del habla (speech-language pathologist, SLP) ayuda a los pacientes a recuperar sus capacidades para hablar, tragar y sus capacidades motrices orales después del tratamiento del cáncer que afecta la cabeza, la boca y el cuello.

Más información

Asimilación [5]

Cuidado del paciente [6]

Supervivencia [7]

Recursos adicionales

LIVE**STRONG**: Rehabilitación física [8]

Links:
[1] http://www.cancer.net/about-us
[2] http://www.aapmr.org/patients/findphysician/Pages/default.aspx
[3] http://www.cancer.net/node/24556
[4] http://www.cancer.net/node/18356
[5] http://www.cancer.net/node/18310
[6] http://www.cancer.net/node/18354
[7] http://www.cancer.net/node/18308
[8] http://www.livestrong.org/Reciba-Ayuda/M%C3%81S-INFORMACI%C3%93N-SOBRE-EL-C%C3%81NCER/Temas-Sobre-C%C3%A1ncer/Efectos-F%C3%ADsicos-del-C%C3%A1ncer/Rehabilitaci%C3%B3n-F%C3%ADsica