



Pielęgniarstwo 10 Rehabilitación

- ☐ Reconocer los síntomas tras un ictus o una lesión
- ☐ Describir un plan de rehabilitación
- ☐ Participar en reuniones de evaluación
- ☐ Apoyar el reposicionamiento seguro, las transferencias y el uso de ayudas para la movilidad
- ☐ Vocabulario: rehabilitación, fisioterapia, movilidad, dispositivos de ayuda, síntomas del ictus, objetivos de recuperación, lenguaje de evaluación, reposicionamiento, movilidad en la cama, técnicas de transferencia

La rehabilitación	<i>(Rehabilitacja)</i>	La hemiparesia	<i>(Hemipareza)</i>
La fisioterapia	<i>(Fizjoterapia)</i>	El déficit sensorial	<i>(Upośledzenie czucia)</i>
La movilidad	<i>(Mobilność)</i>	El plan de recuperación	<i>(Plan rehabilitacji)</i>
El dispositivo de asistencia	<i>(Urządzenie wspomagające)</i>	La evaluación funcional	<i>(Ocena funkcjonalna)</i>
El andador	<i>(Chodzik)</i>	La reunión de seguimiento	<i>(Spotkanie kontrolne)</i>
La silla de ruedas	<i>(Wózek inwalidzki)</i>	Reagruparse en la cama	<i>(Przybrać pozycję w łóżku)</i>
El bastón	<i>(Laska)</i>	Trasladar al paciente	<i>(Przenieść pacjenta)</i>
El terapeuta ocupacional	<i>(Terapeuta zajęciowy)</i>	Cambiar de posición	<i>(Zmienić pozycję)</i>
El fisioterapeuta	<i>(Fizjoterapeuta)</i>	Entrenamiento de transferencias	<i>(Trening transferów)</i>
El ictus	<i>(Udar mózgu)</i>		

1. Ćwiczenia

1. Dopasuj elementy o powiązonym znaczeniu.

- | | |
|---------------------------------|------------------------------|
| a. La rehabilitación | 1. La capacidad para moverse |
| b. La fisioterapia | 2. La ayuda para caminar |
| c. La movilidad | 3. La terapia física |
| d. El dispositivo de asistencia | 4. La recuperación funcional |

a-4 b-3 c-1 d-2



2. Notatka rehabilitacyjna na spotkanie kontrolne (QR: Audio)

Wypełnij luki: fisioterapia, evaluación, ictus, bastón, andador, transferencias



En el centro de salud, para la reunión de seguimiento, el paciente acude tras un (1) _____. Refiere debilidad en un brazo y menos sensibilidad en una pierna. En la (2) _____ funcional se observa movilidad limitada, pero camina distancias cortas con (3) _____ y con ayuda.

Plan: (4) _____ tres días por semana y metas de recuperación claras: levantarse de la cama con seguridad, cambiar de posición y hacer (5) _____ a la silla. Se recomienda un (6) _____ en casa y revisar el plan en 4 semanas.

W ośrodku zdrowia, na spotkanie kontrolne, pacjent zgłasza się po udarze. Podaje osłabienie w jednym ramieniu i mniejsze czucie w jednej nodze. W ocenie funkcjonalnej obserwuje się ograniczoną ruchomość, ale pacjent chodzi na krótkie dystanse z laską i z pomocą.

Plan: fizjoterapia trzy dni w tygodniu oraz jasne cele powrotu do sprawności: bezpieczne wstawanie z łóżka, zmiana pozycji i wykonywanie transferów na krzesło. Zaleca się chodzik w domu oraz przegląd planu za 4 tygodnie.

(1) ictus, (2) evaluación, (3) bastón, (4) fisioterapia, (5) transferencias, (6) andador

1. ¿Qué síntomas tiene el paciente y qué actividades incluye el plan de rehabilitación?
- _____

3. Posłuchaj fragmentu audio i wybierz poprawną odpowiedź. (QR: Audio)

Prawda Fałsz

- | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 1. La persona continúa la rehabilitación porque tuvo un ictus y nota debilidad en un lado del cuerpo. | ☐ | ☐ |
| 2. Tendrá la evaluación funcional con el fisioterapeuta el viernes. | ☐ | ☐ |
| 3. En casa utiliza un andador para moverse, pero para salir suele usar la silla de ruedas. | ☐ | ☐ |

1-V 2-X 3-V



4. Wybierz poprawne rozwiązanie

1. El paciente dice que no siente bien el brazo izquierdo, así que hoy _____ una evaluación funcional. *(Pacjent mówi, że nie czuje dobrze lewego ramienia, więc dziś wykonujemy ocenę funkcjonalną.)*
a. hacemos b. hicimos c. hacen d. hace
2. En la reunión de seguimiento, el fisioterapeuta _____ el plan de recuperación a la familia. *(Na spotkaniu kontrolnym fizjoterapeuta wyjaśnia plan rehabilitacji rodzinie.)*
a. explico b. explica c. explican d. explicó
3. Para trasladar al paciente a la silla de ruedas, primero _____ el freno y contamos hasta tres. *(Aby przenieść pacjenta na wózek inwalidzki, najpierw zaciągamy hamulec i liczymy do trzech.)*
a. ponéis b. ponía c. ponemos d. pone

1. hacemos 2. explica 3. ponemos

5. Odgrywanie ról - dialogi (QR: Audio)



Reunión de seguimiento en rehabilitación

Fisioterapeuta *Hola, Javier. En la reunión de seguimiento quería repasar la evaluación funcional de tu padre: después del ictus sigue presentando hemiparesia en el lado derecho.*

(Laura): *(Cześć, Javier. Na spotkaniu kontrolnym chciałam omówić ocenę funkcjonalną twojego ojca: po udarze nadal ma niedowład połowiczny po prawej stronie.)*

Familiar del paciente *Sí, y además a veces tiene déficit sensorial, no nota bien el pie derecho. Me preocupa cómo hacemos el traslado del sofá a la silla de ruedas.*

(Javier): *(Tak, a do tego czasem ma ubytki czucia, nie czuje dobrze prawej stopy. Martwię się, jak wykonujemy transfer z kanapy na wózek inwalidzki.)*

Fisioterapeuta *De acuerdo. Esta semana trabajaremos en fisioterapia entrenamiento de transferencias y en practicar cambiar de posición y reagruparse en la cama, para que los traslados sean más seguros.*

(Laura): *(Rozumiem. W tym tygodniu na fizjoterapii będziemy pracować nad trenowaniem transferów oraz ćwiczyć zmianę pozycji i przesuwanie się w łóżku, żeby transfery były bezpieczniejsze.)*

Familiar del paciente *¿Y qué dispositivo de asistencia recomienda, el andador o el bastón?*

(Javier): *(A jaki sprzęt pomocniczy pani zaleca: balkonik czy laskę?)*

Fisioterapeuta *Por su nivel de movilidad, ahora es mejor el andador en casa; además, el terapeuta ocupacional revisará el baño y os enseñará técnicas para trasladar al paciente sin tirar del brazo.*

(Laura): *(Przy jego poziomie mobilności teraz lepszy będzie balkonik w domu; dodatkowo terapeuta zajęciowy sprawdzi łazienkę i nauczy was technik przenoszenia pacjenta bez ciągnięcia za ramię.)*

1. ¿Qué síntomas o problemas comenta Javier sobre la movilidad de su padre?

6. Mówienie (QR: AI+)



Creo que necesita... porque... / Ahora puede... pero todavía no puede... / El objetivo es... y para eso usamos...

1. Tu familiar ha tenido un ictus y empieza la rehabilitación. ¿Qué síntomas notas y qué objetivo de recuperación te gustaría conseguir primero?
2. En la reunión de seguimiento con el fisioterapeuta, ¿cómo explicas si el paciente puede moverse solo y qué ayuda necesita para levantarse o trasladarse?

7. Pisanie: E-mail (QR: AI+)

Asunto: Primera cita de **rehabilitación** (fisioterapia)

Hola, Marta:

Soy Laura Sánchez, de la Clínica FisioSalud. Confirmamos la cita de su padre el martes a las 10:30 para una **evaluación funcional** con el **fisioterapeuta**. Como tuvo un **ictus**, necesitamos saber si usa **bastón, andador o silla de ruedas**.

Por favor, traiga informes médicos y una lista de medicamentos. Si necesita ayuda para **trasladar al paciente** desde el coche, avísenos antes.

Gracias,
Laura



Napisz odpowiednią odpowiedź: *Quería confirmar la cita del martes a las... / Ahora mismo mi padre usa... y necesita ayuda para... / ¿Es posible...? / ¿Podemos...?*