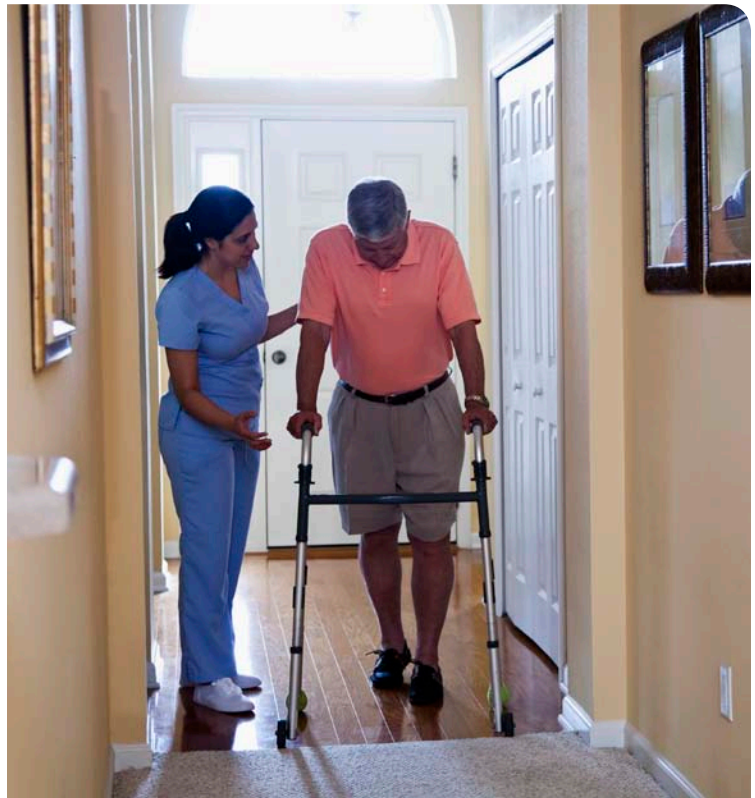




hablemos sobre

Los ataques cerebrales y la rehabilitación

Cuando ya ha pasado la crisis inmediata de un ataque cerebral y usted ha sido estabilizado médicamente, es momento de pensar en una terapia de rehabilitación.



¿Qué es la rehabilitación tras un ataque cerebral?

Después de un ataque cerebral, quizás tenga que cambiar su rutina diaria o volver a aprender cómo vivir el día a día. La rehabilitación puede revertir algunos de los efectos del ataque cerebral.

Los objetivos de la rehabilitación son aumentar la independencia, mejorar las funciones físicas y ayudarlo a obtener una calidad de vida satisfactoria luego del ataque cerebral. Otro objetivo es ayudarlo a hacer cambios en su estilo de vida para prevenir otro ataque cerebral.

¿Quiénes participarán en mi programa de rehabilitación?

Su equipo de rehabilitación puede incluir:

- **Fisiatra:** un médico especializado en rehabilitación.
- **Fisioterapeuta:** un proveedor de atención de la salud especializado en maximizar la movilidad e independencia de los sobrevivientes de ataques cerebrales, para mejorar las principales deficiencias

sensoriales y motrices como caminar, el equilibrio y la coordinación.

- **Terapeuta ocupacional:** un terapeuta que ayuda a los sobrevivientes de ataques cerebrales a restaurar habilidades para realizar actividades de la vida diaria como bañarse, ir al baño y vestirse.
- **Enfermera de rehabilitación:** una enfermera que coordina las necesidades de apoyo médico de los sobrevivientes de ataques cerebrales durante la rehabilitación.
- **Terapeuta del lenguaje:** un especialista que ayuda a recuperar las habilidades del lenguaje y el habla y también trata los trastornos de deglución.
- **Terapeuta de recreación:** un terapeuta que ayuda a modificar las actividades que el paciente disfrutaba antes del ataque cerebral o a incorporar algunas nuevas.
- **Psiquiatra o psicólogo:** especialistas que ayudan a los sobrevivientes de ataques cerebrales a adaptarse a los desafíos emocionales y a las nuevas circunstancias de su vida.

(continuado)



- **Consejero de rehabilitación vocacional:** un especialista que evalúa las aptitudes laborales de las personas con discapacidades. Ellos pueden ayudar a los sobrevivientes de ataques cerebrales a aprovechar sus aptitudes al máximo para volver a trabajar.

¿Qué haré en rehabilitación?

Los programas de rehabilitación a menudo se enfocan en:

- Actividades de la vida diaria como comer, bañarse y vestirse.
- Habilidades motrices como pasar de la cama a una silla, caminar o mover su propia silla de ruedas.
- Aptitudes de comunicación en el habla y el lenguaje.
- Aptitudes cognitivas como la memoria y la resolución de problemas.
- Aptitudes sociales para interactuar con otras personas.
- Función psicológica para mejorar las aptitudes y tratamiento de adaptación para superar la depresión, si fuese necesario.



Aprender a usar una silla de ruedas es uno de los muchos post-ataque cerebral habilidades enseñadas por los terapeutas de rehabilitación.

¿Dónde puedo obtener más información?

- 1 Llame al **1-888-4-STROKE** (1-888-478-7653) para aprender más sobre ataques cerebrales o encuentre grupos de apoyo cercanos, o visite **StrokeAssociation.org**.
- 2 Inscríbese para recibir la revista *Stroke Connection*, una revista gratuita para sobrevivientes a ataques cerebrales y cuidadores en **strokeconnection.org**.
- 3 Conéctese con otras personas que comparten vidas similares con ataques cerebrales, uniéndose a la red de apoyo en **strokeassociation.org/supportnetwork**.

¿Tiene alguna pregunta para su médico o enfermero?

Tómese unos minutos y escriba sus propias preguntas para la próxima vez que consulte a su proveedor de atención de la salud:

¿Pueden derivarme a un psiquiatra?

¿Cómo puedo continuar mejorando mis aptitudes después de finalizar la rehabilitación formal?

MIS PREGUNTAS:

Tenemos muchas otras hojas de datos para ayudarlo a tomar decisiones más saludables para reducir su riesgo, controlar su enfermedad o cuidar a un ser querido. Visite **strokeassociation.org/hablemos** para aprender más.