

CIRCUITOS CON MECANOTERAPIA EN EL CENTRO DE DÍA

¿Quién no conoce el fantástico gimnasio del centro de día de Orgaz? Es una de las instalaciones más utilizadas para los abuelos del centro por ser un recurso completo y efectivo a la vez que entretenido para rehabilitarse físicamente.

En el gimnasio se encuentran las distintas “máquinas o aparatos” para la realización de la “mecanoterapia” y que ejercen una función específica dentro de la rehabilitación, a continuación citamos algunos como por ejemplo la mesa de manos para la movilidad fina de la mano-muñeca y flexión plantar y dorsal del pie-tobillo, pedales para el fortalecimiento de miembros inferiores, escalera de dolor para la movilidad del hombro, el Zig-Zag para la movilidad de los miembros superiores y coordinación, rueda de hombro específica para la fuerza y movilidad del hombro, mesa de enchufes y aperturas para trabajar las Actividades Básicas de la Vida Diaria que conllevan abrir-cerrar puertas, encender-apagar luz, conectar-desconectar enchufes, las paralelas para trabajar y reeducar la marcha y la rampa y escaleras para la reeducación de la marcha en fase más avanzada que las paralelas.

Los abuelos del centro practican mecanoterapia tres días en semana para mejorar su forma física. Dicha actividad está organizada en un circuito que consiste en que cada persona utiliza cada máquina de mecanoterapia aproximadamente 10-15 minutos, para a continuación pasar al siguiente nivel.