

ESCUELA DE PACIENTES

COMO ESTRATEGIA DE IMPLEMENTACIÓN

DE EDUCACIÓN Y EJERCICIO TERAPÉUTICO

EN FISIOTERAPIA

Adrián Escriche-Escuder y Antonio I. Cuesta-Vargas

UNA PROPUESTA ORIGINAL

OBJETIVOS DEL PROGRAMA

1. Introducción de un programa de bajo coste y alta eficacia
2. Promoción de la Actividad Física en Atención Primaria (afecciones crónicas)
3. Aumento de la **ADHERENCIA** y **MOTIVACIÓN** mediante compromiso múltiple (x4)
4. Aumento de la capacidad de **AUTOMANEJO** y de la **PARTICIPACIÓN ACTIVA**
5. Mejoría **SEVERIDAD** y **CAPACIDAD FUNCIONAL**
6. Reducción **COSTES** Sistema Sanitario

- Programa **SEMIINDIVIDUALIZADO** de 12 semanas de **EJERCICIO TERAPÉUTICO**
- Gestión de de bajo coste: grupos de 100 pacientes gestionados por 4 profesionales sanitarios
- Inclusión en **CATEGORÍAS** según **SEVERIDAD** mediante tests y escalas
- Programa **COMÚN** de ejercicio terapéutico **PROGRESIVO** en cada categoría
- Metodología adaptable a diferentes patologías y condiciones

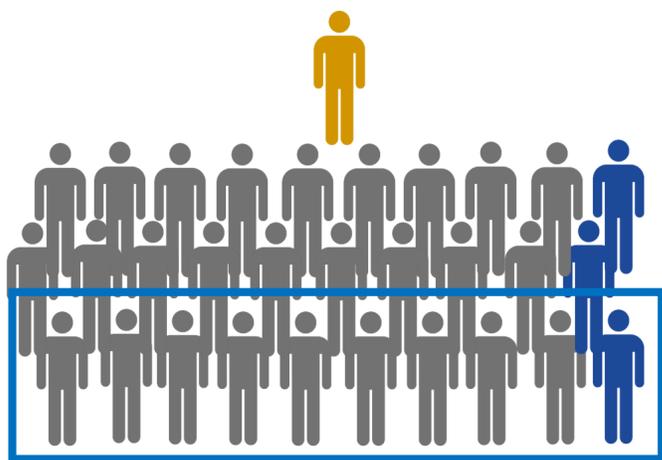


Autocontrol

1

Compromiso con uno mismo

Cada paciente se compromete a hacerse responsable de un adecuado cumplimiento del programa.

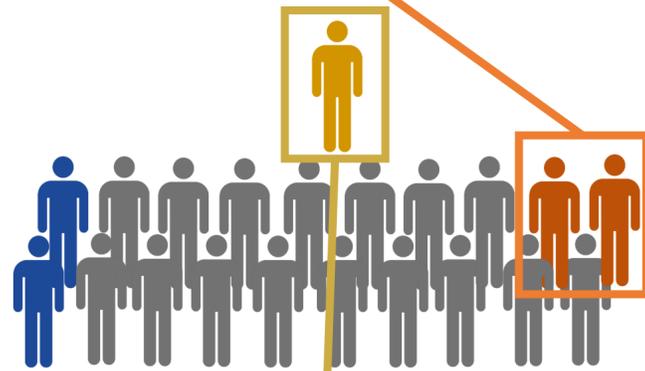


Control entre PARES

2

Compromiso ante un igual

Al inicio del programa, a cada participante se le asigna un **IGUAL**, con el objetivo de compartir experiencias, mantener la motivación y comprobar **DIARIAMENTE** el cumplimiento del programa de una manera mutua. Ratio 1:1



Control por parte de PACIENTE EXPERTO

3

Compromiso ante paciente experto

Entre cada grupo de 10 pacientes, se elige un **PACIENTE EXPERTO** encargado de motivar y comprobar el cumplimiento de sus pares **SEMANALMANTE**, en un ratio 1:9

Control del SANITARIO

4

Compromiso ante sanitario

A cada uno de los 4 profesionales sanitarios encargados se le asigna un grupo de 20 o 30 pacientes, integrando 2 o 3 pacientes expertos, respectivamente. **CADA 2 SEMANAS** se encargan de realizar una reunión grupal para realizar el seguimiento y comprobar el cumplimiento del programa de todo el grupo. Ratio 20:1 o 30:1