

La veu del pacient

Beatriz Cervera

usuaria de fisioterapia



Beatriz Cervera es una joven paciente que nos cuenta cómo ha mejorado su salud gracias a una gran herramienta: las manos de su fisioterapeuta. Una experiencia en rehabilitación que le ha ayudado enormemente a superar su fractura de tobillo.

Las manos del fisioterapeuta, mi experiencia en rehabilitación

Dolor, eso es lo que siente cualquier persona ante una torcedura, fisura, rotura... Si ésta va seguida de una operación y de un tiempo de inmovilización como es mi caso, la cosa se complica, se alarga y te desespera. Por fin, en una de las consultas a traumatología, te informan que el siguiente paso ha llegado y te remiten al fisioterapeuta de tu centro de salud, tu "fisio", con el objetivo de volver a la movilidad que un día perdiste y tú, desconoces el camino.

Llegados a este punto deseas que la cosa vaya bien y muy rápida (tu mundo sigue moviéndose sin ti y descubrir que no eres imprescindible no te gusta en absoluto). Entrás a la sala de fisioterapia y rehabilitación, contactas con el/la que será tu fisioterapeuta e intentas captar al máximo la información necesaria para llevar a cabo tu rehabilitación. Día tras día, vas creando una rutina, día tras día te vas animando al descubrir los lentos progresos. El dolor se va intensificando en ocasiones y con él, los ánimos decaen pero sigues esforzándote con el objetivo de mejorar, de normalizar la situación, de encontrar un camino a seguir... Es en ese preciso momento en el que una sonrisa, unas palabras de aliento o simplemente un comentario gracioso se hacen imprescindibles.

Daniel Goleman nos hablaba de la importancia de la educación de las emociones en su libro *Emotional Intelligence* publicado en 1995 y es que, hay momentos en la vida en los que las emociones y el control de las mismas van a ser decisiva para conseguir de nuevo tanto el bienestar, como el equilibrio emocional.

Por otro lado, se hace imprescindible valorar la importancia que tiene el trabajo realizado por la/el fisioterapeuta, especialmente el realizado con sus manos. Podemos y debemos esforzarnos en casa para mejorar lo

“ Debemos esforzarnos en casa para mejorar, pero sin la actuación de la fisioterapeuta en la sala, la sensación de mejora se va difuminando...El tiempo que dedica a cada paciente es una gran inversión de cara a la recuperación final

”



más rápidamente posible pero, sin esa actuación (tan valorada por todo paciente que se precie), la sensación de mejora se va difuminando. El tiempo que se dedica a cada paciente va a suponer una gran inversión de cara a la recuperación final, tanto es así, que se hace difícil no intentar juzgar, entender o dar soluciones ante la masificación de las salas de rehabilitación pues, sabemos que lo ideal es una atención individualizada de calidad, es decir; un tiempo exclusivo para cada paciente, armónico, que permita expresar dudas, preocupaciones, escuchar consejos, realizar una terapia manual sin prisa... En este punto, opino que son los propios usuarios así como los profesionales que trabajan en los centros públicos, los que deben unirse para conseguir una atención de calidad, frente a una administración pública que a veces no sabe sacarse de las manos los pequeños inconvenientes diarios, así como los retos que se le van planteando.

Llega el día en que te dan el alta en el servicio de rehabilitación pero tu cuerpo no es el que era, el dolor sigue escondido presentándose cuando le conviene, tu cuerpo no se mueve como debería y el tiempo transcurrido te va angustiendo. De nuevo vuelve la inseguridad, el miedo a lo desconocido. De nuevo desconoces el camino a seguir y ahora, ya no tienes ese acompañamiento que te ha dado ánimo, que te ha hecho sentirte más segura dentro del mar de inseguridades que te rodea y es entonces cuando más valoras el trabajo realizado por esas manos que te han ayudado a sentirte mejor.

Este escrito pretende ser un regalo en forma de reflexión, en agradecimiento al esfuerzo diario. Espero que la ilusión por mejorar día a día no os abandone nunca, así como la cercanía y trato tan humano que muchos fisioterapeutas, y en especial vuestras manos, sabéis regalarnos.