



Vol. 1, No. 1 (Noviembre 2024)

PP: 10-13

ISSN: En proceso

EDITORIAL

Michel Probst

1. KU Leuven, Departamento de Ciencias de la Rehabilitación, Bélgica.
2. Fundador de la Organización Internacional de Fisioterapia en Salud Mental.

✉ Autor de Correspondencia:
Michel Probst
michel.probst@kuleuven.be

El contenido de los artículos es responsabilidad exclusiva de los autores y no necesariamente refleja el punto de vista de la «Revista de Fisioterapia en Salud Mental» ©. Se autoriza la reproducción total o parcial de los textos aquí publicados siempre que se cite la fuente completa y la dirección electrónica de la publicación. Todo el contenido intelectual que se encuentra en esta revista está licenciado al público consumidor bajo la figura de Creative Commons©, a menos que el autor haya acordado lo contrario o limitado dicha facultad a la «Revista de Fisioterapia en Salud Mental» por escrito y de forma expresa. La Revista de Fisioterapia en Salud Mental» se distribuye bajo una licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-SinObraDerivada 4.0 Internacional.



EDITORIAL

Michel Probst

1. KU Leuven, Departamento de Ciencias de la Rehabilitación, Bélgica.
2. Fundador de la Organización Internacional de Fisioterapia en Salud Mental.

La publicación del primer número de la nueva *Revista de Fisioterapia en Salud Mental* marca un hito importante en el campo de la fisioterapia dentro de la salud mental. También refleja el creciente reconocimiento e importancia de este dominio dentro de la fisioterapia. Este desarrollo se remonta a la conferencia inicial celebrada en Lovaina, Bélgica, en el año de 2006, donde se discutió por primera vez la idea de reunir a fisioterapeutas que trabajan en atención de salud mental y psiquiatría. Posteriormente se creó la *Organización Internacional de Fisioterapia en Salud Mental* (IOPTMH), la cual fue reconocida en 2011 como un subgrupo por la *World Physiotherapy*. En 2018 se celebró en México otro evento importante, el *1er Congreso Internacional en Psiquiatría y Salud Mental en el Continente Americano*. Ahora, en 2024, se publicará el primer número de la revista.

Durante las últimas dos décadas, el interés por la atención de la salud mental dentro del ámbito de la fisioterapia se ha expandido desde un área limitada, practicada en unos pocos países, a un subdominio de la fisioterapia reconocido internacionalmente. La salud mental ha ganado (con razón), una alta prioridad en la agenda de los formuladores de políticas, particularmente debido a las experiencias con la pandemia de COVID-19. Sin embargo, sigue siendo un desafío convencer a todos los profesionales de la salud de la utilidad de la fisioterapia en la atención de salud mental y psiquiatría. No todos los fisioterapeutas confían en que la salud mental sea parte de su ámbito de práctica.

El papel de los fisioterapeutas en la atención de la salud mental ha evolucionado más allá de la rehabilitación estrictamente somática y se han convertido en profesionales indispensables dentro del panorama de la atención de la salud mental. Su enfoque principal en salud mental es optimizar el bienestar y empoderar a las personas mediante la promoción de la actividad física, el ejercicio, la conciencia del movimiento y el movimiento funcional, integrando aspectos físicos y mentales. Los fisioterapeutas utilizan el *cuerpo en movimiento* para mejorar el bienestar, el empoderamiento y la calidad de vida de las personas que buscan ayuda. Abordan tanto los aspectos disfuncionales como las posibilidades saludables del individuo que lucha con problemas psicológicos, para influir en el funcionamiento somático, psicológico y social.

En 2019, la *Organización Internacional de Fisioterapia en Salud Mental* formuló seis elementos clave para aclarar las intervenciones específicas dentro del campo de la fisioterapia en salud mental. Estos elementos incluyen actividad física, ejercicio y aptitud física, incluida la capacidad motora y el entrenamiento cognitivo motor; conciencia sensorial, corporal

y de movimiento; regulación del estrés y la tensión; cercanía/toque/masaje; fisio educación, que incluye estilo de vida y manejo del dolor; elementos específicos de la psiquiatría pediátrica; y elementos psiquiátricos específicos de la vejez.

Además de estos elementos, se deben considerar elementos clave adicionales: fisioterapia psicológicamente informada (es decir, el uso de estrategias psicológicas dentro de la fisioterapia), atención al autocuidado, y rehabilitación de trastornos somáticos funcionales.

La fisioterapia psicológicamente informada, respaldada por evidencia, ha demostrado ser transformadora en el tratamiento de problemas de salud mental al abordar las creencias, emociones y comportamientos del paciente, de una manera estructurada e intencional. Implica adoptar técnicas específicas, tales como la terapia de aceptación y compromiso, atención plena, atención del dolor informado sobre el trauma, entrevistas motivacionales, terapia cognitivo-conductual, habituación, terapia de ejercicio gradual, terapia de ritmo adaptativo y muchas más.

La *fisioeducación*, por analogía con la psicoeducación, es un aspecto muy importante, pero a menudo descuidado en la fisioterapia. Pretende proporcionar al paciente (y a su entorno) conocimientos sobre diversas facetas de la enfermedad y su tratamiento desde el punto de vista fisioterapéutico. El dolor es un ejemplo donde la *fisioeducación* tiene gran importancia. Existe una fuerte interacción entre el dolor y la salud mental, lo que crea un círculo vicioso de discapacidad. Tanto el dolor físico como el emocional contribuyen a reducir la calidad de vida, la movilidad y la participación social a lo largo de la vida. En el contexto del dolor crónico, los fisioterapeutas colaboran como parte de un equipo multidisciplinario para realizar intervenciones biopsicosociales, que pueden incluir fisioterapia psicológicamente informada, técnicas de cambio de comportamiento, terapias de conciencia corporal, programas de actividad física y actividades de relajación.

El autocuidado es crucial para las personas que viven con enfermedades crónicas, ya que les permite controlar los síntomas, el tratamiento, las consecuencias físicas y psicológicas, así como los cambios en el estilo de vida. Sin embargo, en la mayoría de los casos y a largo plazo, esto no es suficiente. Por lo tanto, los fisioterapeutas desempeñan un papel clave en el **apoyo a la autogestión**, al brindar apoyo para desarrollar conocimientos, habilidades, comportamientos y confianza a las personas con enfermedades crónicas. La autogestión con apoyo es la clave para priorizar la atención centrada en la persona.

Los trastornos somáticos funcionales se refieren al funcionamiento deficiente de órganos (o sistemas de órganos), sin anomalías estructurales detectables por ejemplo, enfermedad socio génica masiva (MSI), SFC (mialgia encefalomiéltis), fibromialgia, síndrome de hiperventilación, dolor de cabeza tensional, síndrome del intestino irritable, dolores en la articulación temporomandibular. , síndromes post latigazo cervical, hipersensibilidad múltiple química o

electromagnética, Síndrome de la Guerra, Síndrome de Long COVID, en algunos casos también la lumbalgia crónica. Las intervenciones de fisioterapia para estos trastornos se centran en el manejo de los síntomas y la energía.

En nuestra sociedad diversa y dinámica, los fisioterapeutas deben tener un profundo respeto por la diversidad. Reconocer y aceptar a las personas como únicas y valiosas de forma incondicional, puede mejorar sus sentimientos de autoestima y respeto por sí mismas. El campo de la fisioterapia en salud mental debe abrazar esta diversidad; buscar métodos y técnicas innovadoras, adaptándolas para abordar eficazmente las necesidades de diversas poblaciones.

El envejecimiento de la población, las personas con enfermedades (mentales) crónicas, las personas desplazadas debido a desastres y conflictos... todos exigen ampliar nuestro campo y salir de nuestras zonas de confort. Los fisioterapeutas que trabajan en salud mental deben convertirse en camaleones clínicos, preparados para adaptar y confeccionar sus enfoques para las necesidades, contextos y cultura específicos de sus pacientes.

Las expectativas actuales en la atención médica incluyen la demanda de tratamientos mejores y más rápidos, la integración dentro de equipos interdisciplinarios, así como el respeto por otros profesionales de la salud. Sin embargo, es importante que los fisioterapeutas reconozcan sus propias limitaciones. Tratar con personas con problemas de salud mental a veces puede resultar desafiante e incluso evocar sentimientos de impotencia. Es esencial comprender que las personas con falta de motivación pueden no estar receptivas a la ayuda. Por lo tanto, los fisioterapeutas necesitan ampliar sus habilidades de motivación, inspirando y animando a las personas a participar en el proceso terapéutico.

Invitar a personas con problemas de salud mental a participar en fisioterapia implica iniciar un diálogo, más que buscar una solución inmediata. Abrir un diálogo permite comprender las necesidades, preferencias y objetivos únicos del individuo. Brinda una oportunidad de colaboración entre el fisioterapeuta y el individuo para desarrollar un plan de tratamiento personalizado que se alinee con sus preocupaciones específicas de salud mental. El tratamiento exitoso debe basarse en el punto de vista de la persona, garantizando que se escuche su voz y que el tratamiento se adapte a sus necesidades.

Esperamos que esta revista se convierta en una fuente de inspiración para todos los fisioterapeutas que trabajan en el campo de la salud mental.

Prof. Emérito Michel Probst, PT, Ph.D.

KU Leuven, Departamento de Ciencias de la Rehabilitación, Bélgica.

Fundador de la Organización Internacional de Fisioterapia en Salud Mental