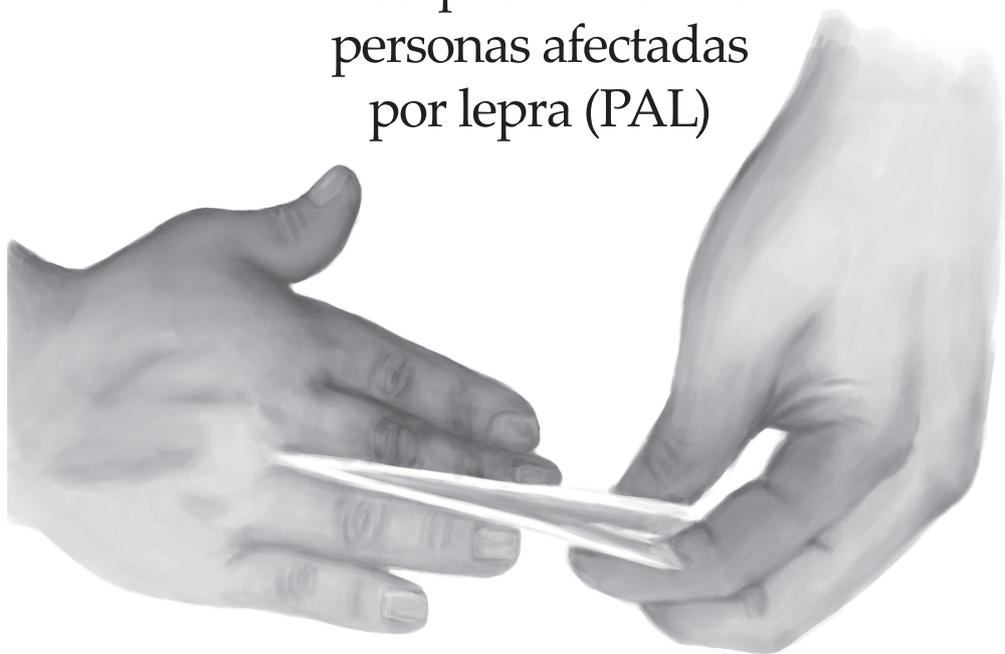


Ejercicios

para la prevención de
discapacidad en las
personas afectadas
por lepra (PAL)



Laura Inés Plata Casas
Ilustraciones: Bibiana Iregui

**Editorial
Unillanos**



Ejercicios

para la prevención de
discapacidad en las
personas afectadas
por lepra (PAL)

Laura Inés Plata Casas

Ilustraciones: Bibiana Iregui

Primera edición, 2015

Plata Casas, Laura Inés
Iregui Barrera, Bibiana

Ejercicios para la prevención de discapacidad en las personas afectadas
por lepra (PAL) /Laura Inés Plata y Bibiana Iregui. - 1ª ed.- Villavicencio:
Editorial Unillanos, 2015

P. 66, Ilus., incluye bibliografía

ISBN: 978-958-8927-11-4 e-ISBN 978-958-8927-78-7

1. Lepra. 2. Lepra- prevención y control 3. Salud pública
CDD 614.546 ed.21

© Laura Inés Plata Barrera
© Bibiana Iregui Barrera
© Universidad de los Llanos

Ilustraciones e imagen de portada: Bibiana Iregui Barrera

Trabajo editorial: Catalina Ramírez - Ana María Lombana

Impresión y terminación: Editorial Kimpres

Impreso y hecho en Colombia/ Printed and made in Colombia

Rector: Óscar Domínguez González

Editorial Unillanos, 2014

Kilómetro 12 vía Puerto López, vereda Barcelona

Email: editorialunillanos@unillanos.edu.co

www.editorial.unillanos.edu.co

Villavicencio, Meta

Impresión
Editorial Kimpres
Calle 19 Sur No. 69C-17
www.kimpres.com
Bogotá D.C.

Esta publicación da cumplimiento al depósito legal contemplado
en la Ley 44 de 1993 y en los términos del Decreto 460 de 1995

Descargo de responsabilidad: la información contenida en este libro es producto
del autor y por consiguiente no compromete la posición de la
Universidad de los Llanos.

Prohibida la reproducción total o parcial, en cualquier medio, formato
o propósito, sin la autorización escrita de la Editorial Unillanos.

Índice

Introducción	5
--------------------	---

Parte I

Magnitud del problema	8
La lepra	19
Clasificación bacteriológica de los casos de lepra	22
Biopsia de piel	23
Tratamiento	24
Modelo de autocuidado de Dorotea Orem	26

Parte II

Esquema de ejercicios	34
Ojos	34
Manos	36
Pies	49
Medidas de protección	54
Ojos	55
Manos	55
Pies	56
Consideraciones finales	56
Glosario	58
Referencias bibliográficas	60

Introducción

Ejercicios para la prevención de la discapacidad en las personas afectadas por lepra (PAL) es el producto de un trabajo de proyección social desarrollado durante el primer semestre de año 2015 en la Universidad de los Llanos, cuyo propósito fue implementar un esquema de ejercicios físicos para la prevención de discapacidad en las PAL en el municipio de Villavicencio, Meta.

La gravedad de la lepra como un problema de salud pública no solo puede evaluarse con lo que indican las cifras, sino que hay que tener en cuenta la duración de la enfermedad, las desfiguraciones físicas y la discapacidad permanente que esta causa. Esta publicación ayuda a la prevención de la discapacidad a través de la realización de un esquema de ejercicios propuestos, los cuales están basados en la teoría del autocuidado de Dorotea Orem, que consiste en la práctica de actividades que las personas inician y llevan a cabo por su propia cuenta con el interés de mantenerse vivos y sanos como requisito de autocuidado.

El esquema de ejercicios físicos se implementó en las PAL inscritos en el programa departamental de prevención y control de la lepra, procedentes de Villavicencio, quienes aceptaron participar con su consentimiento informado de acuerdo a lo establecido en el Decreto 8430 de 1993. Este esquema de ejercicios forma parte de la prevención de la discapacidad y rehabilitación que deben tener las PAL según la guía de atención de lepra.

Asimismo, se realizaron en los hogares de los participantes jornadas de ejercicios semanales durante cuatro meses y tres capacitaciones en prevención de la discapacidad. El proyecto se adelantó con la participación de Laura Camila García y Heidy Xiomara Cárdenas, estudiantes del programa de Enfermería, quienes desarrollaron su opción de grado bajo la figura de estudiantes participantes en proyección social (EPPS), y contribuyeron en la recolección de la información y en los procesos de enseñanza del esquema de ejercicios a los participantes del proyecto.

Finalmente, este libro está dividido en dos partes: la primera, presenta una breve revisión de las características de la enfermedad, la magnitud del problema generada por la presencia de lepra en la población, señalando información estadística que orienta sobre la distribución de la enfermedad y marca los aspectos conceptuales de la teoría del autocuidado de Orem. La segunda parte presenta el esquema de ejercicios y las medidas de protección que deben desarrollar las PAL.