

**ALGUNA VEZ TE HAS PARADO A
PENSAR EN TODO LO QUE TUS
BRAZOS TE PERMITEN
HACER CADA DÍA?**

Ahora piensa, cómo harías todas esas actividades si tuvieses una lesión o te doliese constantemente, tu hombro, codo o mano?

**¿DÓNDE ENCONTRAR UN
TO PARA QUE ME AYUDE
A RECUPERARME DE MI
LESIÓN?**

Puedes encontrar a un terapeuta ocupacional en:

- Hospitales.
- Centros de salud.
- Mutuas de trabajo.
- Centros y clínicas de rehabilitación privadas.
- Terapeutas ocupacionales de asistencia en domicilios.

Si no conoces un terapeuta ocupacional y necesitas encontrar un profesional, no dudes en ponerte en contacto con COPTOCAM.

LA TERAPIA OCUPACIONAL, PROMUEVE TU AUTONOMÍA Y SALUD.



COPTOCAM
COLEGIO PROFESIONAL DE
TERAPEUTAS OCUPACIONALES
DE LA COMUNIDAD DE MADRID

**TERAPIA OCUPACIONAL
EN
REHABILITACIÓN DE
HOMBRO, CODO Y MANO**



COPTOCAM
C/ LUCHANA 33, 1º 3
915 560 782

WWW.COPTOCAM.ORG

¿POR QUÉ ME PUEDO LESIONAR O TENER DOLOR EN LAS ARTICULACIONES DE MI BRAZO?

Las causas son muchas y muy variadas, las más frecuentes son:

- Lesiones deportivas.
- Caídas.
- Lesiones laborales.
- Accidentes en el hogar.
- Procesos de envejecimiento.
- Enfermedades específicas.



¿QUÉ PUEDO HACER SI TENGO UNA LESIÓN O DOLOR EN MI HOMBRO, CODO O MANO?

Lo mejor es acudir a tu médico para asegurar el tipo y grado de tu lesión y comenzar un tratamiento de rehabilitación específico para tu caso, que incluya Fisioterapia y Terapia Ocupacional.

SÉ LO QUE ES UN FISIOTERAPEUTA PERO, ¿QUÉ ES UN TERAPEUTA OCUPACIONAL?

Al igual que la fisioterapeuta, el terapeuta ocupacional es un profesional sanitario del campo de la rehabilitación, con formación universitaria. Actualmente los terapeutas ocupacionales son diplomados o graduados en Terapia Ocupacional.



¿ES COMPATIBLE UN TRATAMIENTO DE FISIOTERAPIA CON OTRO DE TERAPIA OCUPACIONAL?

Perfectamente, ambos son compatibles. Además está demostrado que en tratamientos conjuntos de fisioterapia y terapia Ocupacional, los resultados son mejores, y el tiempo de recuperación suele ser más corto.

¿CÓMO ME PUEDE AYUDAR UN TERAPEUTA OCUPACIONAL?



A mantener o recuperar tu movilidad y fuerza.



Diseñando o adaptando férulas u objetos que te ayuden a realizar las actividades sin dolor cuidando la zona lesionada.



Recuperando o fomentando tu capacidad para volver a realizar tus actividades cotidianas.