

# Médicos Tec crean taller para rehabilitar a pacientes covid en CDMX



El Tec de Monterrey en la Región Ciudad de México lanzó el [Taller Integral de Rehabilitación Post COVID-19](#) a través del Servicio Médico y el Departamento de Liderazgo y Formación Estudiantil (LiFE).

El doctor Jorge Miguel Abdo Rodríguez es el líder de este proyecto, el cual es un **programa de rehabilitación integral** para combatir las secuelas post COVID-19 que afectan la vida diaria. El programa está dividido en cinco módulos en seis semanas.

*“Surge como una **iniciativa tanto de los servicios médicos** en la Región Ciudad de México, coordinados por la doctora Lourdes Rivas y como parte de mi proyecto de servicio social.*

*“Desde el inicio de la pandemia, el servicio médico ha dado **seguimiento a los pacientes que dieron positivo a COVID-19** y se les va dando asesoría médica y nos dimos cuenta que gran parte de los pacientes tienen secuelas y en su mayoría de origen pulmonar”,* explicó el doctor.

La primera parte del taller consiste en clases diarias de entre 20 minutos y media hora con información relacionada con el COVID-19 en **medicina general, medicina del deporte, nutrición y psicología.**

“Hice una investigación en proyectos de Alemania, China, España, Francia que eran los primeros en realizar rehabilitación postcovid. En conjunto planteamos un proyecto que en un inicio era para colaboradores, sin embargo **tuvo gran impacto** no sólo en [campus Ciudad de México](#), sino en la región y lo convertimos en un programa integral.

“Pedimos a cada uno de los sectores, que crearan pláticas para dar **información a los pacientes** en distintas áreas, les dimos ejercicios de recuperación pulmonar, y en seis semanas pudieran mejorar no solo en la parte pulmonar, sino en una manera integral”, agregó.

La segunda parte consiste en **ejercicios de rehabilitación** de los pulmones, enfocados en recuperar el funcionamiento de los mismos.

“Este taller que hoy presenta Jorge, **es un ejemplo de cómo se pueden fusionar diferentes disciplinas**, desde el aspecto de nutrición, psicológico, más las disciplinas que se vayan sumando, es un ejemplo de gente tan creativa y que sin duda nosotros como Tec y a nivel nacional.

“Este taller puede beneficiar no solamente a colaboradores y estudiantes, **se está tratando de integrar a las familias**, es estar de la mano de ellos”, comentó la doctora Rivas.



width="900" loading="lazy">

Este [taller de rehabilitación](#) puede ser tomado por **estudiantes, colaboradores y profesores del Tec y sus familias**, además de personas ajenas a la institución que así lo deseen.

*“El taller me ha ayudado mucho en **mi proceso de recuperación** después del COVID, la sensación de fatiga y el sentirse agitado con el mínimo esfuerzo, era muy marcado.*

*“Pero siguiendo poco a poco con los ejercicios que nos sugieren además de la información que nos comparten en **este taller ha mejorado mi estado físico**. Los resultados en cada uno son notables”, expresó una de las pacientes beneficiada, Elizabeth Rodríguez, colaboradora del Tec.*

*Se está tratando de integrar a las familias, es estar de la mano de ellos.- Lourdes Rivas*

### **¿Cómo funciona?**

El neumólogo Sebastián Rodríguez habló sobre los **beneficios** que obtienen los pacientes que han sufrido COVID-19, al tomar la **rehabilitación** ofrecida por el Tec, la cual es virtual.

*“**Las secuelas de covid tienen toda una gama de expresiones**, desde la parte emocional, situacional, expresiones sobre el sueño, funcionamiento diario, fatiga... parte descorcentante de este virus es que no sabemos cuáles son los pacientes que requieren o no una rehabilitación.*

*“La idea del proyecto fue poder hacer **un programa muy holístico** en el que se pueda abordar todas las perspectivas propias de la rehabilitación y no solo la pulmonar, que realmente el paciente fuera entendiendo las posibles consecuencias de covid sobre su cuerpo y que la gran mayoría de las secuelas, sí se curan”, dijo el especialista.*



width="900" loading="lazy">

Por otra parte, explicó que, aunque hay mucha información sobre este virus, es necesario **continuar investigando** sobre las secuelas que deja.

*“Aunque ya sabemos muchas cosas, **el covid sigue siendo algo muy nuevo**, la diferenciación por edades no la tenemos, pero sí tiene sentido creer que a mayor edad, la limitación funcional es mayor.*

*“Gran parte del problema es la inactividad que presenta el paciente pues tiene que estar en **reposo por lo menos 15 días** y eso desacondiciona”, expresó.*

Si deseas saber más sobre el **Taller Integral de Rehabilitación Post COVID-19** puedes dar click [aquí](#).

**SEGURO QUERRÁS LEER TAMBIÉN:**