

Rincón médico

## Ante la enfermedad de Párkinson, ¡decisión y valentía! Dra. Luz Elena Navares Moreno

*Entrevista con el Dr. Francisco De Kóster Barraza*

El Dr. Francisco de Kóster ha dedicado gran parte de su vida a apoyar pacientes que sufren de la enfermedad de Párkinson, por lo que elabora un proyecto para crear una asociación enfocada al apoyo de personas con éste o padecimientos similares.

### **¿Con qué fin nace la Asociación de Párkinson y Movimientos Anormales México, AC?**

–Nuestra Asociación nace para atender a toda clase de pacientes que padecen enfermedad de Párkinson, especialmente aquellos que no tienen acceso a alguna institución asistencial. Nuestros programas y servicios de terapias de apoyo ofrecen la posibilidad de mejorar la calidad de vida a nuestros pacientes afiliados.

Esta Asociación inició actividades en octubre de 2006 como un grupo de apoyo integrado por diez pacientes, bajo el liderazgo de una mujer muy emprendedora, la Sra. Virginia Medina Elizondo. Empezamos con sesiones informativas en el auditorio del Hospital Real San José, que de manera altruista nos prestó sus instalaciones y este año de nueva cuenta nos abre amablemente sus puertas. Sólo durante 2010 estuvo la sede al auditorio del Hospital Santa María Chapalita, al que también agradecemos su apoyo para que el grupo continuara.

### **¿Qué cargo desempeñó en la Asociación?**

–Fui secretario de Actas y Acuerdos; de Relaciones Públicas, con los principales laboratorios que surten medicamentos para la enfermedad de Párkinson; hacía el contacto con los principales neurólogos que apoyan a la Asociación y encargado de eventos sociales, como el Día Mundial de Párkinson (abril 11), celebración del aniversario institucional (octubre 03) y de la posada en diciembre.

Durante los tres años y medio que fui secretario, se organizaron 39 conferencias relacionadas con neurología, psiquiatría, rehabilitación, urología, terapia celular, rehabilitación física, motivación, etcétera.

En junio de 2010, por motivos personales y con el deseo de completar mi proyecto de dar a los pacientes de Párkinson un apoyo más integral, me separé de esta Asociación para formar una nueva sociedad, llamada Apoyo a Pacientes de Párkinson, AC. En la actualidad, con la finalidad de unir fuerzas, estamos en vías de fusionarnos con la Asociación de Párkinson y Movimientos Anormales México, AC.

### **¿Qué logros han tenido?**

- Tener un nombre ante la Secretaría de Relaciones Exteriores y un acta constitutiva.
- Intercambio sociocultural con la Universidad del Valle de México.
- Iniciar con terapias de ejercicios físicos: terapia de fisio-danza; tangoterapia...
- Terapia psicológica para pacientes y familiares.

### ¿Cuáles son los objetivos de esta asociación?

–A corto plazo, son:

- Tener un consultorio donde tres neurólogos especialistas en la enfermedad de Párkinson den asistencia médica especializada a bajo costo, y contar con medicamentos. Este objetivo hasta el momento no se ha concretado por la falta de apoyo tanto económico como con un espacio físico suficiente.
- Iniciar el primer jueves de mayo la terapia de lenguaje y escritura, como parte de la terapia integral que esta Asociación brinda a sus pacientes beneficiados.

### ¿Qué tipo de rehabilitación reciben los pacientes?

–Contamos con varios tipos de rehabilitación, sobre todo realizándola de manera integral. Es importante señalar que la rehabilitación, o al menos frenar el avance de esta enfermedad, es posible sólo si el paciente se compromete a buscar su recuperación mediante la constancia y la paciencia.

Esta terapia integral incluye:

**a) Ejercicios de rehabilitación en alberca.** Son de los más completos y recomendados para el padecimiento de Párkinson, ya que el entorno acuático ayuda a moverse libremente, ejercitando de esta manera áreas más específicas del cuerpo. El agua, por la capacidad de flotación y la ingravidez que presenta, permite una mayor tolerancia para hacer ejercicio, generando un bajo impacto muscular, menor tensión en articulaciones y tendones, dando así mayor independencia al paciente. Entre los beneficios más destacados encontramos: fortalecimiento y aumento de la masa muscular, mayor control y coordinación de los movimientos, mejora del equilibrio y, por lo tanto, de la marcha; estimulación del sistema cardiopulmonar, desarrollo de la flexibilidad y alivio de la tensión muscular, mejora del estado de ánimo y disminución de los síntomas de ansiedad y depresión.

**b) Terapia de fisio-danza.** La finalidad de esta terapia es mejorar y mantener la función motora, trabajando el mejoramiento del estado físico del paciente dentro de su cuadro clínico.

Se indaga la posibilidad de revertir los daños ocasionados por los factores patológicos, tratando de favorecer al paciente, para integrarlo como persona y como miembro de la comunidad. Trabajamos cuanto nos sea posible, para limitar lo incapacitante.

La intención de esta terapia en los pacientes, es de deshacerse del «esto no se puede», para aprovechar lo ya condenado al fracaso y transformarlo en una participación motriz positiva e integradora, enfocada a encontrar los «sí se puede» del cuerpo. Pensar y lograr que esta terapia sea creación, movimiento, vida, amor, placer, expresión, arte, belleza. Es dar y compartir. Es reencontrarse con la seducción, con la posibilidad de descubrir algo nuevo para aumentar nuestra capacidad de goce que se encuentra en la música y además los aspectos físicos que se pueden mejorar: mantener o mejorar el movimiento articular, disminuir el dolor, mantener o mejorar las retracciones músculo-tendinosas, evitar deformidades, mantener o mejorar el tono muscular, mejorar la circulación sanguínea y propiciar la reeducación de la marcha.

**c) Terapia psicológica.** Ésta ha sido diseñada para evitar la depresión, angustia, apatía, etcétera, que están presentes en nuestros pacientes. Asimismo, tratamos a los familiares, ya

que ellos también se ven afectados por el padecimiento. Es de carácter grupal con el fin de compartir la experiencia y que sirva de ejemplo a los demás pacientes. También contamos con terapia psicológica personal, para afrontar problemas psicológicos más graves.

**d) Vocalización y aumento de volumen.** Este mes, dentro del Programa de Lenguaje pondremos en marcha una cabina simulada, donde dos pacientes se entrevisten teniendo cada uno su guion en una computadora diferente, y con su guion de diferente color ya preestablecido; al mismo será terapia ocupacional.

Nuestro trabajo es una labor ardua y compleja de concienciación así como de sensibilización entre la comunidad social y médica. Esta problemática de conciencia social, anteriormente no se consideraba importante en nuestro Continente, porque implica un esfuerzo constante y estratégico. Seguimos de cerca el ejemplo de las asociaciones europeas, donde podemos observar innumerables esfuerzos por apoyar este padecimiento y los relacionados a las enfermedades neurodegenerativas.

Si te interesa tener mayor información o saber sobre nuestras actividades, llámanos al teléfono (33) 4000 9793.