

## La veu del pacient

# Pepe Raga



Nuestro protagonista, Pepe Raga, llevaba una vida normal y no especialmente estresante. Además de su familia, sus amigos y sus hobbies, trabajaba en Autotrim, empresa del Grupo Antolín, dedicada al montaje de techos de automóviles. Nunca había ido a un fisioterapeuta ni sabía qué era la fisioterapia hasta que un día sufrió un repentino ictus que le cambió la vida.

Hace 12 años, un día del mes de agosto, Pepe Raga, natural de Almussafes, sufrió un infarto cerebral. Estaba en casa de su madre, a solas, cuando de repente se mareó y cayó de manera fulminante. Era joven, tenía 53 años. Como es habitual, no hubo ningún síntoma previo, fue súbito y rápido. Cuando su madre regresó, lo encontró tendido en el suelo y llamó a urgencias. 18 días después despertó tras un coma en intensivos del Hospital de La Ribera, Alzira. Entubado y sin recordar nada de lo sucedido, fue la familia quien le contó lo que había pasado. En aquel momento no sabía lo que era un ictus ni lo que implicaba.

De intensivos lo subieron a planta. Diez días después, le dieron el alta. "Nos dijeron que allí ya no le podían hacer nada más y nos mandaron para casa pero él aún no podía mantenerse de pie ni hablar. Fue muy duro", explica su mujer, Eli González, que recuerda que la única indicación que recibió fue que intentaran empezar la rehabilitación lo antes posible.

Desde entonces su vida ha dado un giro de 180 grados. El ictus le había dañado el hemisferio izquierdo del cerebro afectándole a la movilidad general, al habla y a la memoria. Aunque le han quedado secuelas, hoy ha recuperado buena parte de su autonomía. En gran parte porque iniciaron la rehabilitación en pocos días.

En todo este proceso ha sido atendido por multitud de profesionales sanitarios: enfermeros, médicos, logopeda, ... pero para él hay una figura vital: su fisioterapeuta.

La primera vez que fue a rehabilitación llegó en silla de ruedas y todavía no hablaba. Pepe recuerda aquel momento y las primeras palabras de su fisioterapeuta: "Empecé un lunes, nada más llegar y verme, María José me dijo: "el viernes te traes una muleta que vamos a caminar". Se le humedecen los ojos tan sólo recordarlo. Lógico, su vida se había 'paralizado' y esta profesional le dio esperanza ante el duro camino que tenía que recorrer. Y así fue, el viernes de esa misma semana ya dio algunos pasos, un extra de motivación al que se aferró y que le ayudó a seguir adelante.

Pepe Raga asistió durante un año entero a rehabilitación tres días a la semana en la sanidad pública que complementó con dos sesiones de fisioterapia privada más para intentar recuperar la mayor autonomía posible. "Su mujer, Eli, me preguntó si era bueno y no lo dudé, le dije

“**La fisioterapia es maravillosa. Desconocía lo que era y lo que podía aportar un fisioterapeuta. Hoy, sobre una nota de 10, le doy un 20.**”

que si fuera mi padre yo lo llevaría para que así fuera de lunes a viernes ya que el primer año es fundamental, más al ser tan joven todavía”, explica su fisioterapeuta, nuestra colegiada María José Llácer.

Desarrollaban fisioterapia neurológica. Primero, tratamiento para el control del equilibrio del tronco y de la bipedestación. Posteriormente trabajaban la sensibilidad del miembro inferior y del miembro superior afectados (sobre todo técnicas para mejorar la sensibilidad de la mano afectada). A continuación, realizaban movilización pasiva, activa asistida o activa resistida en función de las necesidades del paciente en cada momento, controlando la espasticidad e intentando reducirla.

A las pocas semanas se introdujo el trabajo en las espaldas y las paralelas. No hizo falta realizar trabajo cognitivo, pues la consciencia y la memoria las recuperó espontáneamente.

Tras un año de rehabilitación, a pesar de que aún no estaba recuperado del todo, la presión de las largas listas de espera de fisioterapia en la sanidad pública hizo que le dieran el alta.

Un año fundamental para intentar recuperar parte de su movilidad. “La fisioterapia es maravillosa. Desconocía lo que era y lo que podía aportar un fisioterapeuta. Hoy, sobre una nota de 10, le doy un 20. Para mí, María José es como una segunda madre por todo lo que me ha aportado, por edad sería como una hermana pequeña –la mira, sonrío y se le empañan los ojos con emoción contenida-. Hemos vivido toda la recuperación juntos, es una relación muy especial, es como si fuera de la familia”, subraya Pepe. Un punto, en el que también nos cuenta que no quiere dejar a un lado a sus familiares. “Todos han venido y han ayudado lo que han podido por eso quiero mencionarlo, en especial, mi primo Enrique, él venía todos los días, eso no se olvida”, afirma orgulloso.

Tras dejar la rehabilitación, Pepe Raga continuó caminando todos los días y acudiendo a diario a la piscina. Asimismo, actualmente va cada 4 meses al neurólogo



Arriba, Pepe Raga junto a su mujer Eli y a su fisioterapeuta María José. En la imagen de abajo, paciente y 'fisio' posan juntos

para que le inyecten toxina botulínica (botox) para la espasticidad del brazo derecho, síntoma frecuente en cualquier enfermedad neurológica, un trastorno motor que puede provocar rigidez y limitación articular.

La percepción de la vida le ha cambiado. A pesar de las secuelas y de las limitaciones que aún tiene, se ha multiplicado su ilusión por vivir, con una predisposición envidiable a ser feliz y a disfrutar cada pequeño momento. Hoy saborea las horas, y por supuesto, no deja pasar la oportunidad para caminar y recorrer las calles de su pueblo, Almussafes, así como para salir y disfrutar de la ciudad y de los amigos. En todo este tiempo no ha faltado ni un solo sábado a los almuerzos con ellos, pero desde hace dos años va con más ilusión ya que compraron un coche automático y pudo volver a conducir, una actividad que también le ha dado una mayor autonomía y vida. Su sonrisa al contarlo lo describe a la perfección y sus ojos, al despedirnos, vuelven a mostrar el agradecimiento. Dicen que hay miradas que hablan y, sin duda, la suya es una de ellas.

