



SABER ANTES DE IR TERAPIA OCUPACIONAL (TO)

La terapia ocupacional (TO) puede ayudarle a hacer las tareas cotidianas después de una lesión o accidente. El terapeuta puede pedirle que haga ejercicios de fuerza y movimiento. Los ejercicios pueden enfocarse y ayudarle con la solución de problemas, la memoria, la organización y cómo sus músculos responden a diferentes tareas. El objetivo es ayudar a las personas a mejorar después de un accidente o lesión, a volver a las actividades cotidianas, como vestirse, conducir o volver al trabajo.

¿QUE ESPERAR?

Su Evaluación:

- Llegue 15-20 minutos antes de su primera cita para llenar papeles
- Vestir:
 - Ropa cómoda y holgada (preferiblemente mangas cortas)
 - No use joyas
- Traer:
 - Una lista de todos los medicamentos que está tomando
 - Cualquier informe médico o resultados de pruebas sobre su lesión
 - Cualquier férula, aparatos ortopédicos, etc. que se esté utilizando
 - Una identificación con foto
- Siga los consejos de su médico sobre sus medicamentos
- Su cita será con un terapeuta ocupacional con licencia y se enfocará en los problemas de mano, muñeca, brazo, hombro o cuello que afectan su capacidad para realizar su trabajo

Citas de Seguimiento:

- Vaya a todas sus citas
- Pida citas adicionales si no asistió a citas anteriores
- Siga su programa de ejercicios en casa

LO BÁSICO:

- Dígame a su terapeuta acerca de:
 - Sus síntomas
 - Como sucedió su lesión
 - Resultados de otros exámenes o pruebas
 - Sus tareas de trabajo
 - Otras visitas médicas o a terapeutas
 - Que le da alivio a sus síntomas
- Su terapeuta hará un plan de tratamiento para usted, que incluirá metas a corto plazo, a largo plazo y para el hogar, para ayudarlo a volver al trabajo
- Las visitas duran entre 30 minutos a 1 hora



¿PREGUNTAS O PREOCUPACIONES?

Llame al 866.389.0211 para hablar con un representante de One Call.



Este contenido no pretende ser un sustituto del asesoramiento médico profesional. Siempre busque el consejo de su médico u otro proveedor de salud calificado para cualquier pregunta que pueda tener.

ONECALLCM.COM