

Nombre Paciente: _____

Firma del paciente: _____

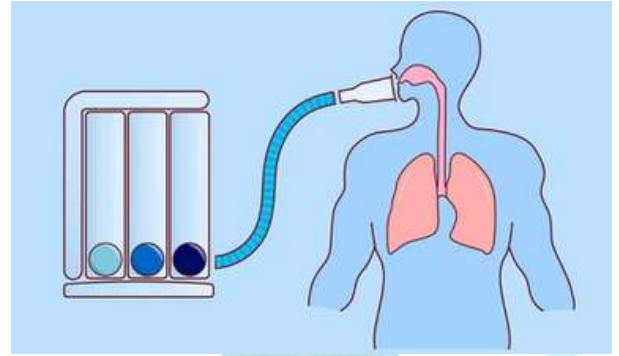
Nombre del terapeuta: _____

Fecha: _____

DESCRIPCIÓN

EJERCICIO

1. Realizar los ejercicios con el incentivo respiratorio al derecho, se debe tomar bien la boquilla con la boca haciendo buen selle de los labios para evitar que el aire se escape. Primero se bota todo el aire por la nariz y se toma por la boca subiendo la mayor cantidad de bolas posibles

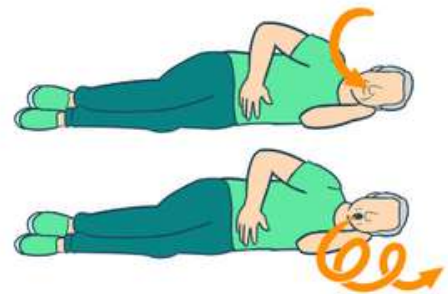


2. Luego poner el incentivo al contrario, tomar todo el aire que sea posible por la nariz y botándolo por la boca, siguiendo las recomendaciones anteriores.

3. Burbujeo: Se debe de tener una botella con agua o un vaso largo con agua no lleno completamente un pitillo en caso del vaso o una manguera lisa para la botella. Se realiza una inspiración profunda por la nariz y se continua con una expiración larga y continua por la boca a través del pitillo o ganguera generando burbujas en el agua.



4. Reclutamiento alveolar: Acostado de lado, realizar respiraciones profundas tomando aire por la nariz y botándolo por la boca. Cinco respiraciones, descansa dos y repite tres veces, primero un lado y luego de otro.



5. Tomar aire por la nariz, mientras se cuenta hasta cinco, sostener por tres segundos y luego botar por la boca con los labios fruncidos como sise fuera apagar una vela, nuevamente contando hasta cinco segundos.

