

BOLETÍN INFORMATIVO PARA SOCIOS Y AMIGOS DE IGUALA3

Número 137, 3 de OCTUBRE de 2025

ASOCIACIÓN DE DAÑO CEREBRAL IGUALA3

Dirección postal:
Paseo Río Guadiela, 25
45007 - Toledo

Teléfonos:
Administración Carmen,
825 852 238/ 624 824 406

Neuropsicología,
Daniel, 613 046 007

Psicología,
Cristina, 604 993 816

Trabajo Social,
David, 644 367 921

Terapia Ocupacional,
Ana, 626 875 135

Fisioterapia,
Mai, 613 002 082
Ángela, 699 764 450
Nieves, 624 825 019

Logopedia,
Sonia, 623 030 726

Correo electrónico y
Web:
igual3@igual3.org
www.igual3.org

“LA RECUPERACIÓN NO TERMINA: NUNCA ES TARDE PARA MEJORAR”

En este boletín hablaremos sobre la **fase crónica del daño cerebral** y demás puntos importantes a destacar.

La fase crónica del daño cerebral: ¿qué es y por qué importa?

Tras un ictus, traumatismo craneoencefálico u otra lesión cerebral, los avances más evidentes suelen producirse durante las primeras semanas o meses, período denominado fase aguda o subaguda, en el que la intervención profesional potencia la recuperación natural del cerebro. A partir de los 6 a 12 meses, se entra en la fase crónica, donde los cambios son más lentos y menos perceptibles, lo que no implica que la recuperación haya terminado.

Gracias a la neuroplasticidad, el cerebro mantiene la capacidad de adaptarse y reorganizarse, permitiendo que otras áreas asuman funciones dañadas y que se formen nuevas conexiones. Esta etapa representa una oportunidad para seguir mejorando habilidades cognitivas, comunicativas, motoras y funcionales, siempre con constancia y estrategias adecuadas.

¿Por qué continuar la rehabilitación en la fase crónica?

1. La neuroplasticidad no se detiene

Aunque los primeros meses son cruciales, la capacidad del cerebro para reorganizarse continúa durante años. Esto significa que incluso después de mucho tiempo, es posible recuperar habilidades y mejorar funciones que parecían perdidas.

2. Mantener y consolidar lo aprendido

En la fase crónica, la rehabilitación ayuda a reforzar y estabilizar los avances obtenidos en etapas anteriores. Si no se trabaja y practica constantemente, algunas habilidades pueden debilitarse o perderse, por lo que seguir entrenando es vital para no retroceder.

3. Mejorar la independencia y calidad de vida

Cada pequeño avance en la movilidad, la memoria, la comunicación o la coordinación se traduce en mayor autonomía en la vida diaria de la persona. Con ello se reduce la dependencia de otras personas y aumenta la confianza para realizar actividades cotidianas.

4. Beneficios emocionales y sociales

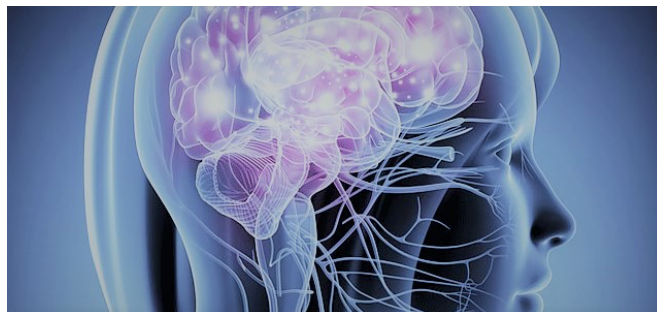
Continuar con la rehabilitación mejora la autoestima, disminuye la frustración y fomenta la participación social. Sentirse capaz de interactuar, comunicarse y moverse con mayor libertad tiene un impacto directo en el bienestar emocional.

5. Prevención de complicaciones

La práctica constante ayuda a prevenir rigidez muscular, caídas o aislamiento social. La rehabilitación mantenida también favorece la adaptación a los cambios de la vida cotidiana.

6. Adaptación a nuevos retos

Con el paso de los años, la vida cotidiana puede presentar nuevas demandas: retomar el trabajo, cuidar a la familia, socializar. Con la rehabilitación continua se pretende ayudar a desarrollar estrategias y habilidades para enfrentar situaciones con mayor seguridad y eficacia.



Mensajes clave:

1. **Nunca es tarde para mejorar:** la recuperación puede ocurrir incluso años después de la lesión.
2. **La constancia es fundamental:** cada sesión, cada ejercicio y cada práctica diaria suma.
3. **Cada avance cuenta:** pequeños progresos en memoria, comunicación o movilidad mejoran la autonomía y la confianza.
4. **La rehabilitación es un proceso continuo:** no termina al pasar los primeros meses; es un camino que puede durar años.

5. **El cerebro siempre tiene capacidad de adaptación:** la neuroplasticidad permite que otras áreas asuman funciones y se formen nuevas conexiones.
6. **Seguir practicando evita retrocesos:** interrumpir la rehabilitación puede hacer que algunas habilidades se pierdan.
7. **Mejorar la calidad de vida es el objetivo central:** el progreso, aunque lento, impacta directamente en la independencia, la autoestima y la participación social.
8. **El trabajo constante genera resultados:** incluso en la fase crónica, se puede avanzar y mantener habilidades valiosas.

¿Qué dice la ciencia sobre ello?

- Diversos estudios muestran que pacientes en fase crónica siguen mejorando en todas las áreas como pueden ser la comunicación, memoria, movilidad incluso años después del daño cerebral.
- La neuroplasticidad permite que áreas no dañadas del cerebro compensen funciones perdidas, haciendo posible la recuperación tardía.
- Programas de rehabilitación continuada obtienen mejores resultados que la interrupción temprana de la terapia, demostrando que la constancia a largo plazo es clave.

Conclusión

La recuperación tras un daño cerebral no tiene fecha de caducidad. Incluso en la fase crónica, con constancia, motivación y apoyo profesional, es posible mejorar habilidades, recuperar independencia y ganar calidad de vida.

SÍGUENOS EN LAS REDES SOCIALES

Puedes acceder a todos los vídeos y fichas en este enlace: [TERAPIA EN CASA CON IGUALA3](#)



INSTAGRAM



FACEBOOK



TWITTER



YOUTUBE



Este boletín se ha enviado a 563 direcciones. La Asociación de Familiares, Amigos y Personas con Daño Cerebral de Castilla La Mancha, IGUALA3, te lo ha enviado porque has facilitado tus datos de contacto, pero si no quieres recibir los siguientes boletines, simplemente escríbenos a igual3@igual3.org comunicando tu decisión. Gracias



Castilla-La Mancha