

EDR048-SP

El uso de una órtesis o aparato ortopédico puede ser una nueva experiencia para usted y su familia. Aquí hay algunas pautas para ayudarlo a acostumbrarse a su(s) aparato(s) ortopédico(s).

## **Descansos**

Puede llevar hasta una semana acostumbrarse a usar un aparato ortopédico durante el tiempo que su médico le haya recetado. Durante los primeros días, use la/las férula(s) de 1 a 2 horas seguidas, seguido de un descanso de 30 a 60 minutos. Aumente la cantidad de tiempo cada día hasta que llegue al tiempo de uso prescrito.

## **Protección de la piel**

La protección y la prevención son las claves para un buen cuidado de la piel porque puede ser difícil curar los problemas de la piel una vez que ocurren.

Se debe usar un calcetín o calcetín limpio y seco debajo del aparato ortopédico en todo momento. Tire con fuerza para que no queden arrugas debajo del aparato ortopédico. Cambia el calcetín a diario. Si está sudando, cámbielo con más frecuencia. La humedad puede causar ruptura de la piel, crecimiento bacteriano y olor.

Debe revisar su piel con frecuencia en busca de marcas rojas o rosadas. Si una marca roja o rosa permanece en su piel por más de 30 minutos, o si el aparato ortopédico le resulta incómodo, es posible que haya demasiada presión y debe comunicarse con su ortopedista.

Evite el uso de lociones, cremas y aceites en la piel, ya que estos productos suavizan la piel y pueden provocar ampollas u otras irritaciones en la piel. La avellana, un producto que se encuentra en las farmacias, se puede utilizar para endurecer la piel. Aplique avellana en la piel y dé palmaditas suaves hasta que se seque.

This information is for educational purposes only. It is not intended to replace the advice of your health care providers. If you have any questions, talk with your doctor or others on your health care team.

If you are a Gillette patient with urgent questions or concerns, please contact Telehealth Nursing at 651-229-3890.

Si ocurre un problema como una ampolla, llaga abierta, hinchazón, rigidez excesiva o dolor intenso, suspenda el uso del aparato ortopédico y llame a su médico u ortopedista.

## **Limpieza de la ortesis**

Limpie la férula al menos una vez al día con jabón suave y agua tibia o con alcohol. También puede limpiar las almohadillas que están pegadas al aparato ortopédico (no las dañará). Permita que su férula se seque por completo antes de volver a ponérselo.

## **Citas de seguimiento**

Las citas de seguimiento son extremadamente importantes para asegurarse de que, a medida que crece, el aparato ortopédico se ajusta bien y funciona correctamente. Si en algún momento, su aparato ortopédico necesita reparación o simplemente no parece ajustarse correctamente, puede programar una cita con el departamento de OPS (ortesis, prótesis y asientos).

Probablemente visitará a su médico cada 4 a 6 meses para un chequeo. Es mejor si también puede ver a su ortopedista ese día. Cuando programe citas en la clínica, asegúrese de solicitar una cita en OPS para que le revisen las férulas.

Si tiene preguntas/inquietudes sobre ortesis, llame al 651-290-8707 para programar una cita.