

## Inmovilizador de rodilla

Knee Immobilizer (Brace) - Spanish

### ¿Qué es un inmovilizador de rodilla?

Un inmovilizador de rodilla (también conocido como férula o soporte de rodilla) se utiliza para mantener la rodilla inmóvil después de una cirugía o para ayudar a evitar que los músculos alrededor de la rodilla se tensen, lo que podría dificultar el movimiento.

### ¿Cómo me pongo mi inmovilizador de rodilla?

Puede colocarse el inmovilizador directamente sobre la piel, sobre un calcetín limpio y ajustado, o sobre ropa ajustada. Asegúrese de que cualquier prenda debajo de la férula esté lisa y sin arrugas.

- Coloque la férula de manera que el extremo ancho quede más cerca de su torso y el extremo angosto más cerca de sus pies. Las correas deben quedar hacia el frente.
- Asegure las correas pasando cada una por los aros correspondientes (llamados "stays") en el otro lado y pegándolas sobre sí mismas. *Nota:* Si las correas son demasiado largas, envuélvalas alrededor de la pierna antes de pasarlas por los aros.
- Si siente demasiada presión por las correas encima o debajo de la rodilla, puede quitar los paneles laterales de la férula y moverlos hacia adelante para brindar mejor acolchado alrededor de la rodilla. Se puede proporcionar acolchado adicional si lo necesita.

### ¿Cómo debo cuidar mi piel cuando necesito usar un inmovilizador de rodilla?

- Si usa calcetines debajo del inmovilizador, cámbielos todos los días.
- Si suda mientras usa la férula, cambie la ropa debajo de ella con más frecuencia para evitar irritación de la piel, infecciones y mal olor.
- Revise su piel con frecuencia para detectar marcas rosadas o rojas. Si una marca rosa o roja permanece más de 30 minutos después de quitarse la férula, podría

significar que hay demasiada presión en esa zona, y debe comunicarse con su ortesista.

- Evite usar lociones, cremas u aceites en la piel debajo del inmovilizador. Estos productos pueden suavizar la piel y causar ampollas o irritación.
- Si desarrolla llagas abiertas o ampollas, informe a su ortesista lo antes posible.

## ¿Cómo limpio mi inmovilizador de rodilla?

Limpie el inmovilizador según sea necesario con jabón suave y agua tibia, toallitas húmedas para bebé o alcohol isopropílico. Si lo lava en la lavadora, retire primero todos los stays y use el ciclo delicado. Asegúrese de que tanto la férula como su piel estén completamente secas antes de volver a colocarla.

## ¿Cuándo debo hacer un seguimiento con mi ortesista?

Si surge cualquier inquietud, programe una cita de seguimiento. Si en cualquier momento el inmovilizador necesita reparación o parece no ajustarse correctamente, programe una cita con el departamento de Ortesis, Prótesis y Posicionamiento.

Esta información es solo con fines educativos. No pretende reemplazar el consejo de sus proveedores de atención médica. Si tiene alguna pregunta, hable con su médico u otros miembros de su equipo de atención médica.

Si usted es paciente de Gillette y tiene preguntas o inquietudes urgentes, comuníquese con Telehealth Nursing al 651-229-3890.