

Guía para el Cuidado del Yeso Espica

Caring for Your Child or Teen in a Spica Cast – Spanish

¿Qué debo esperar el día de la cirugía?

El día de la cirugía, usted llegará al departamento preoperatorio donde se registrará a su hijo para la cirugía. Allí se reunirá con el cirujano y el resto del equipo quirúrgico.

- Una vez que la cirugía haya terminado y su hijo esté despierto, usted podrá pasar la noche o regresar a casa ese mismo día.
- Las enfermeras le enseñarán cómo cuidar el yeso antes de salir.
- Cuidar un yeso tipo espica requiere algunos suministros. Gillette le proporcionará una bolsa con suministros para comenzar, pero este kit inicial solo durará unos pocos días. Aunque está bien tener suministros listos en casa, debido a que los tamaños pueden ser diferentes a los que su hijo necesita una vez que esté en el yeso espica, recomendamos esperar para comprar sus suministros hasta después.

¿Cómo cuido el yeso?

¿Qué hago si siente molestias?

La cantidad y el tipo de molestia pueden estar más relacionados con la condición médica que con el yeso. El médico puede recetar medicamentos para ayudar a aliviar el dolor o los espasmos musculares. Usted debe recibir un folleto educativo separado sobre cómo manejar el dolor de su hijo en casa.

¿Cómo posicionamos, giramos o levantamos a nuestro hijo?

Usar un yeso espica puede afectar la respiración, el apetito y los hábitos alimenticios, el comportamiento y los hábitos intestinales y urinarios. Es muy importante que mueva, gire y estimule adecuadamente a su hijo mientras esté en el yeso. Asegúrese de proteger a su hijo para que no ruede ni se caiga en ningún momento.

Gire al paciente cada dos a cuatro horas durante el día, y al menos una vez por la noche para prevenir úlceras por presión en la piel. Se pueden usar almohadas, mantas o toallas enrolladas debajo de las áreas óseas (rodillas, tobillos, etc.) para brindar apoyo y evitar demasiada presión en la piel. Al girar al paciente, sostenga las articulaciones del tobillo, rodilla y cadera para evitar que se rompa el yeso. El niño puede acostarse boca arriba, de lado o boca abajo, siempre que la cabeza esté elevada y el yeso esté apoyado. Puede resultar cómodo para su hijo sentarse en una silla tipo puff (beanbag) o en una silla de ruedas/reclinable. Si hay una barra entre las piernas del yeso, no la use como asa para mover a su hijo.

El peso adicional del yeso (entre 6 y 10 libras) y la rigidez del cuerpo dentro del yeso hacen que mover y girar al paciente sea un desafío. No levante a su hijo por las axilas; en su lugar, siempre levántelo con una mano en el yeso y la otra alrededor del tronco. Los padres y cuidadores deben tener cuidado de proteger su espalda. Doble las rodillas, mantenga la espalda recta, contraiga los músculos del abdomen y deje que las piernas hagan la mayor parte del esfuerzo al levantar.

¿Cómo tratamos la picazón?

Si su hijo se queja de picazón intensa debajo del yeso, no coloque nada dentro del yeso. Los objetos pueden mover el acolchado, raspar o irritar la piel y provocar una infección. Si la picazón persiste, use un secador de cabello en la configuración FRÍO únicamente para soplar aire dentro del yeso.

¿Qué es el petalado del yeso?

Debido a que los bordes del yeso son ásperos, el yeso será “petalado” antes de que su hijo regrese a casa desde el hospital para prevenir irritación en la piel. Tiras de cinta impermeable en forma de pétalo se doblan sobre los bordes del yeso para hacerlo suave y cómodo.

Para petalar el yeso, corte la cinta impermeable en tiras de dos pulgadas y media y redondee un extremo para evitar que la cinta se enrolle. Coloque el extremo cuadrado dentro del yeso suavemente y lleve el borde redondeado sobre el exterior del yeso. Superponga las tiras y refuércelas cuando se arruguen o aflojen. Se le entregará cinta impermeable en su Spica Starter-Kit para que pueda reforzar los pétalos sueltos en casa. NO retire ningún pétalo. Si algunos pétalos comienzan a despegarse o se ensucian, simplemente recorte la cinta y refuerce con más cinta impermeable. Si tiene un yeso de yeso (plaster), no debe petalarse hasta que esté completamente seco.

¿Cómo baño a mi hijo?

Mientras esté en un yeso espica, su hijo no podrá tomar un baño. Dé un baño de esponja en su lugar, teniendo cuidado de no mojar el yeso. Use envoltura plástica y toallas para proteger el yeso. Lave toda la piel que no esté cubierta por el yeso. Limpie los dedos de los pies y la piel cerca de los bordes del yeso con hamamelis, un astringente que se encuentra en la mayoría de las farmacias. Esto ayudará a endurecer la piel y protegerla contra irritaciones. Después del baño de esponja, está bien usar un secador de cabello en la piel (solo en configuración FRÍO) para ayudar a secar. No use loción ni talco en los bordes del yeso porque puede acumularse, suavizando la piel y causando más irritación. Los tobillos, rodillas, codos y talones expuestos pueden frotarse con loción si se secan o irritan.

¿Cuáles son los signos de infección?

Las incisiones de su hijo están cubiertas por un yeso. Es importante asegurarse de que la incisión no esté infectada, así que preste atención a los siguientes signos, ya que pueden sugerir que hay una infección presente:

Niños en edad escolar o adolescentes:

- Drenaje que se filtra a través del yeso.
- Dolor en el sitio de la incisión debajo del yeso.
- Mal olor proveniente del yeso.

- Aumento o disminución de la temperatura debajo del yeso.

Bebés y niños pequeños:

- Además de lo anterior, los niños pequeños pueden mostrar signos de infección mediante cambios en la alimentación, cambios en el sueño, irritabilidad o fiebre.

Si su hijo presenta cualquiera de estos signos, llame a Nurse Help Line de inmediato.

¿Cómo mantengo limpio el yeso?

Proteger el yeso contra daños, suciedad y humedad es difícil, especialmente cuando el paciente es un niño pequeño. El yeso debe mantenerse lo más limpio y seco posible. Evite las cajas de arena y trate de mantener objetos extraños fuera del yeso. Si el yeso se moja, puede ablandarse o agrietarse y perder su posición adecuada. Si la piel permanece húmeda, comuníquese con su enfermera de Nurse Help Line de inmediato.

Si su hijo presenta diarrea y ocurre ensuciamiento debajo del yeso, puede ser necesario reparar el yeso para prevenir lesiones en la piel.

¿Con qué frecuencia debo revisar el yeso?

Revise la piel de su hijo al menos dos veces al día para asegurarse de que no haya irritación. Las úlceras por presión, o áreas de piel lesionada causadas por permanecer en una posición por demasiado tiempo, se forman con mayor frecuencia en los talones y cerca del coxis. Inspeccione cuidadosamente la piel usando la linterna de su kit en los bordes del yeso y mire debajo del yeso para revisar la piel. Si hay áreas enrojecidas, cambie la posición del paciente para eliminar la presión en esa área. Si el área permanece enrojecida durante 30 minutos después de quitar la presión, puede estar desarrollándose una úlcera por presión. Mantenga al paciente en una posición donde no haya presión en esa área y reporte cualquier úlcera a la línea de Nurse Help Line.

Use la linterna para asegurarse de que no haya migas ni objetos pequeños como juguetes o monedas dentro del yeso.

Los dedos de manos y pies deben estar rosados. Si se presiona la uña, debe volverse blanca y luego regresar a rosado en 1 a 3 segundos después de liberar la presión. Los dedos deben estar tibios al tacto, sin entumecimiento, hormigueo ni dolor, y moverse como antes de aplicar el yeso.

Puede ocurrir algo de hinchazón alrededor del yeso. Mantenga las piernas elevadas por encima del corazón. Si la hinchazón aumenta, llame a la línea de Nurse Help Line.

Revise el yeso por cambios en el olor. Reporte cualquier olor desagradable o a moho.

Revise todos los bordes del yeso. Si nota bordes ásperos, puede aplicar vellón u otros pétalos para reducir las áreas duras. Si esto no funciona, llame a Nurse Help Line.

¿Cuánto tiempo tardará en secarse el yeso?

Un yeso espica de yeso o de fibra de vidrio se aplica por el equipo médico antes de que su hijo despierte después de la cirugía.

Un yeso de yeso no estará completamente seco durante 24 a 48 horas.

Un yeso de yeso no debe ser firmado, decorado ni cubierto durante al menos un día después de su aplicación.

Un yeso de fibra de vidrio se secará en una hora.

No se permite pararse ni caminar con el yeso a menos que su médico lo apruebe.

¿Cómo vivir con un yeso corporal?

Recomendaciones de familias

- Los sitios web *Spica Life* y *International Hip Dysplasia* tienen excelente información y videos para padres.
- Algunos sitios web y redes sociales pueden ofrecer grupos de apoyo para familias que cuidan a un niño con yeso espica.

Aquí hay algunas recomendaciones de otros padres de Gillette (Gillette Children's no respalda directa ni indirectamente ninguno de los productos mencionados a continuación):

Silla/mesa espica: Estas pueden tener todo tipo de diseños. Permiten que su hijo se siente y esté apoyado para que pueda jugar. Algunas incluso tienen función de balanceo. Aunque son útiles, el precio puede variar mucho.

Saco tipo puff (bean bag): Este se adapta al cuerpo de su hijo cuando se coloca en él y permite cambiar de posición manteniéndolo cómodo. Es importante tener formas de cambiar la posición de su hijo con frecuencia para evitar que siempre ejerza presión en el mismo lugar, lo que puede causar lesiones en la piel.

Almohadas en cuña: Su hijo necesitará algo para sostener las piernas cuando esté acostado. Una almohada en cuña puede ayudar a mantener las piernas cómodas. También puede usar otras almohadas que tenga en casa. El objetivo es brindar soporte a las piernas mientras duerme boca arriba o de lado. Una almohada tipo Boppy también puede funcionar.

Ropa: Es probable que su hijo no pueda usar su ropa habitual una vez que tenga el yeso espica. Antes de comprar demasiadas prendas adicionales, espere a ver qué tan grande es el yeso. El día de la cirugía, traer una camiseta, vestido o pantalón más grande y elástico es una buena idea. A partir de ahí podrá decidir qué talla comprar en adelante. Para comer, algunas familias encontraron útiles los baberos con mangas de IKEA para evitar que la comida llegue al yeso. Extensores para bodys y tiras de velcro para adaptar la ropa también han sido útiles.

Cambio de pañal/baño: Se sugieren toallitas más gruesas para el baño o cambios de pañal para limpiar mejor las áreas. Algunas marcas que han funcionado mejor incluyen toallitas Johnson & Johnson, *water wipes* (para baño) y crema para pañal Aquaphor.

Moverse en casa: Algunos cochecitos que se reclinan, carritos para jalar o triciclos 4 en 1 han sido útiles para algunas familias. Para bebés, algunos padres sugirieron el uso de portabebés como Moby Wrap o Bebamour para niños que disfrutaban ser cargados.

¿Qué tipo de equipo o transporte debo conseguir?

- Es posible que necesite alquilar una silla de ruedas con respaldo reclinable y reposapiés extendidos mientras su hijo esté en un yeso espica. Durante la estancia en el hospital, su enfermera puede indicarle a alguien en Gillette que le ayudará con los alquileres. Si su hijo es pequeño, un cochecito puede ser suficiente.
- Dependiendo del tamaño y la edad de su hijo, puede que necesite alquilar una cama de hospital.
- Recibirá un asiento para automóvil del departamento de Terapias de Rehabilitación, adaptado especialmente para su hijo. Es posible que los asientos para automóvil deban modificarse (Gillette tiene asientos en préstamo). Si su hijo debe viajar acostado en el automóvil, se recomienda el chaleco **E-Z-On-Vest**. Devuelva el chaleco E-Z-On-Vest o el asiento para automóvil cuando regrese a Gillette para la retirada del yeso, la fisioterapia y el ajuste de la férula.

¿Qué actividades puede hacer mi hijo?

De 0 a 3 años

Móviles, juguetes de mano, pelotas de tela para lanzar/atrapar, burbujas, títeres, música, espejos, libros y videos, gimnasios de juego, paseos en carrito.

De 4 a 6 años

Pintura facial, autos, figuras de acción, tableros de fieltro, linternas, teclado piano, pintura en bolsa (aplastar pintura de dedos dentro de bolsas Ziplock), Silly String, decorar yesos, tableros magnéticos.

De 7 a 13 años

Juego de lanzamiento de saco (beanbag toss), autos a control remoto, juegos electrónicos portátiles, caballetes para arte/proyectos escolares, dibujar/colorear, crear un álbum de recortes, baloncesto Nerf, hacer adornos de semillas para colgar fuera de la ventana del niño.

13 años en adelante

Acceso a teléfono para llamar amigos, escribir cartas, pulseras de amistad, crucigramas, diario, álbum de recortes, videos, libros, juegos electrónicos, computadora, decorar yeso, pizarras blancas, calendario, cerámica, walkie talkie, invitar amigos a jugar.

¿Cuáles son algunos consejos sobre la ropa?

El yeso es bastante cálido, por lo que no es necesario abrigar demasiado al niño. En la medida de lo posible, el niño debe usar su ropa habitual. Las faldas, vestidos, pantalones deportivos grandes o shorts suelen ser cómodos. Incluso la ropa interior de unas tallas más grandes se puede usar sobre el yeso.

Los bebés o niños muy pequeños pueden vestirse con pijamas grandes. En clima frío, cubra los dedos de los pies con un calcetín grande que se ajuste sobre el pie del yeso. Para usar pantalones o ropa interior cuando hay una barra entre las piernas, será necesario abrir cada pierna por los costados y coser tiras de velcro en las costuras. O simplemente cubra el regazo del niño con una manta pequeña.

¿Cuáles son algunos consejos nutricionales?

Asegúrese de que su hijo coma comidas saludables y balanceadas mientras esté en el yeso. Comer frutas y verduras frescas, pan integral y beber suficiente agua y jugos ayudará a prevenir el estreñimiento o infecciones urinarias. Comer comidas pequeñas y frecuentes, en lugar de tres comidas grandes al día, evita la sensación de opresión que produce un estómago lleno.

Los niños no deben beber más de tres tazas de leche al día mientras estén en un yeso espesa. Estudios muestran que el exceso de proteínas y calcio puede causar cálculos de calcio en personas que no son activas. Sin embargo, beber abundantes líquidos es una buena manera de prevenir cálculos de calcio. El jugo de arándano es especialmente útil. Antes de comer, coloque un babero grande o una camiseta sobre el yeso para evitar que caigan alimentos o migas dentro del yeso.

¿Cómo minimizar el estreñimiento?

Algunas personas tienen problemas de estreñimiento mientras están en un yeso debido a la actividad física limitada. Es importante que su hijo consuma una dieta rica en fibra y beba suficiente agua todos los días. Las siguientes sugerencias de alimentos son buenas fuentes de fibra dietética:

(Aquí se pueden incluir ejemplos como frutas, verduras, cereales integrales, legumbres, etc.)

Cereales

Salvado, avena, trigo rallado, Chex, Cheerios, Wheaties, Fiber One

Pan

Panecillos de salvado, trigo integral, trigo partido, centeno, avena, 8 granos

Granos/Pasta

Harina de trigo integral, cebada, arroz integral, avena laminada, pasta de trigo, arroz silvestre

Frutos secos/Legumbres

Almendras, coco, cacahuates, mantequilla de maní, palomitas de maíz, semillas de girasol, nueces, frijoles negros, frijoles rojos, lentejas, frijoles blancos pequeños, frijoles pintos, frijoles blancos

Frutas (frescas, secas o enlatadas)

Manzanas, bayas, peras, nectarinas, albaricoques, duraznos, melón, uvas, cítricos, mango, papaya, ciruelas, ciruelas pasas, cerezas, ruibarbo, piña, kiwi

Jugo*

Ciruela, durazno, pera, cítricos, papaya

Los jugos no tienen fibra, pero contienen componentes que pueden ayudar a manejar el estreñimiento. Limite el jugo de fruta a 4-8 onzas por día.

Verduras

Apio, papas, ejotes, brócoli, chirimías, guisantes, camotes, zanahorias, maíz, betabels, repollo, berenjena, cebollas, espinaca, calabacín, espárragos, tomates, lechuga

Intente limitar los alimentos que causan estreñimiento como chocolate, queso y plátanos. Si su hijo presenta heces blandas, ajuste la dieta para limitar los alimentos ricos en fibra. Cada niño es diferente, ¡así que ajuste la dieta según sea necesario!

¿Cómo usar un orinal?

Para los niños, un orinal se usa como una cuña (bacinilla), pero es una botella en lugar de una bandeja. El orinal se coloca entre las piernas. Asegúrese de que esté inclinado para que la orina no se regrese.

¿Cómo usar una cuña (bacinilla)?

Cuando ayude a su hijo a usar una cuña o un orinal, mantenga la cabeza más elevada que los pies. Esto ayudará a que la orina y las heces drenen lejos del yeso. Eleve la cabeza con almohadas, mantas dobladas o colocando algo debajo del colchón para levantar la cabecera de la cama.

Al usar una cuña, coloque un pañal desechable alrededor de los bordes del yeso, con el lado absorbente hacia afuera y el lado plástico contra el yeso. Retire el pañal inmediatamente después de que su hijo use la cuña.

Un tipo especial de cuña, llamada cuña para fractura, funciona mejor porque tiene un extremo plano que se coloca debajo de las nalgas.

Gire al paciente hacia el lado opuesto al lado fracturado o quirúrgico. Coloque la cuña debajo de las nalgas y vuelva a girar al paciente sobre la cuña. Verifique entre los muslos para asegurarse de que la cuña esté bien posicionada. Nuevamente, asegúrese de que la cabeza esté elevada para que la orina fluya hacia abajo y lejos del yeso.

¿Cómo cambiar un pañal?

Cambiar el pañal de su hijo será completamente diferente una vez que esté en un yeso espica. Es importante saber que los primeros cambios de pañal pueden ser difíciles para ambos. ¡No se preocupe! Con el tiempo, ambos se sentirán más cómodos con el proceso. Debido a la importancia de mantener el yeso seco, debe revisar el pañal de su hijo cada 2 a 3 horas y cambiarlo tan pronto como esté mojado. Consulte el enlace de video al final de este folleto para instrucciones paso a paso sobre cómo cambiar el pañal mientras su hijo está en un yeso espica.

El “equipo de defensa”:

- Las tiras impermeables en forma de pétalo son la primera línea de defensa para mantener seco el yeso. Los pétalos sueltos deben reforzarse. No retire los pétalos del yeso.
- Colocar pañales para prematuros como relleno proporciona la segunda línea de defensa.
- Coloque una almohadilla para incontinencia y un pañal pequeño (sin etiquetas) dentro del yeso espica para la tercera línea de defensa.
- Finalmente, cubra todo el yeso/área privada con un pañal más grande.

Recuerde: necesitará suministros adicionales para el aseo; los suministros del Spica Starter-Kit solo durarán 2-3 días.

Los pañales desechables pueden usarse para niños que no están entrenados para ir al baño. El pañal debe cambiarse tan pronto como esté mojado. Los pétalos sueltos deben reforzarse y el yeso debe acolcharse con pañales desechables secos según sea necesario. Puede hacer acolchado cortando los pañales por la mitad y pegando los bordes. Coloque los bordes dentro del yeso, con el lado plástico hacia el yeso y el lado absorbente hacia la piel. Pegue el borde exterior al yeso. Se puede colocar una toalla sanitaria dentro del pañal para mayor absorción.

¿Cuándo debo llamar al médico?

Llame a Nurse Help Line (651-229-3890) si ocurre cualquiera de las siguientes condiciones:

- Dolor intenso, entumecimiento o ardor dentro o debajo del yeso (que no se alivia con medicamentos, elevación o reposo)
- Hinchazón o sensación de ajuste del yeso que no se alivia con elevación y reposo
- Cambio en la temperatura o color de los dedos del pie
- Mayor dificultad para mover los dedos en el lado del yeso en comparación con el otro lado
- Fiebre inexplicable superior a 101.5 °F
- Dedos que se han deslizado hacia adentro del yeso
- Una nueva mancha en el yeso proveniente del interior
- Mal olor proveniente del interior del yeso
- Piel rota, con ampollas o irritada alrededor de los bordes del yeso
- Yeso agrietado, roto o flojo que permite movimiento
- Yeso mojado
- Objeto extraño dentro del yeso

Adaptado de "Caring for a Child in a Hip Spica Cast," por Irene Kenny Murray, RN, MS, University Orthopaedics, Chicago, Illinois.

Video: Escanee el código QR para ver el video sobre el cuidado del yeso espica.



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 Nurse Help Line al 651-229-3890.