

DIS002-SP

Los yesos y las férulas brindan soporte a las extremidades después de una fractura o cirugía. También se pueden usar para estirar los músculos de una extremidad. El yeso o la férula mantienen el brazo o la pierna en la posición correcta y evitan o reducen el movimiento.

Cuidado del yeso y la férula

El proveedor de atención médica ordena yesos y férulas para estabilizar las extremidades (brazos y piernas) después de una fractura o cirugía. También se utilizan para estirar los músculos o dar forma al crecimiento del cuerpo. Los yesos y las férulas están hechos de yeso, fibra de vidrio o una combinación de ambos materiales. Estos materiales se amoldan al cuerpo o a la extremidad para inmovilizar (mantener quieta) una zona específica del cuerpo. Tanto el yeso como la fibra de vidrio se endurecen en tres a cinco minutos, pero el yeso no se seca por completo durante 24 a 72 horas. Durante este período, el yeso puede romperse o abollarse, por lo que es importante tener mucho cuidado al moverse con el yeso puesto para asegurarse de no golpearlo contra el piso o los muebles.

Mantenga el yeso o la férula secos: recomendamos baños de esponja

Es importante mantener el yeso o la férula secos en todo momento. Un yeso o férula que se moja puede hacer que atrape la humedad y la mantenga contra la piel, lo que puede causar malos olores y problemas cutáneos. No envuelva el yeso o la férula en una bolsa e intente bañarse o nadar con él, ya que el material del yeso es abrasivo y hace pequeños agujeros en la bolsa, lo que dificulta saber (hasta que sea demasiado tarde) cuándo ha entrado agua en el acolchado. Si el yeso o la férula están hechos de yeso, también se ablandarán cuando se mojen y no mantendrán el soporte adecuado durante la curación. Si el yeso o la férula se mojan, se debe evaluar lo antes posible. Llame a Telehealth Nursing (651) 229-3890 de inmediato si su yeso o férula se moja. Para la higiene mientras usa un yeso o una férula, Gillette recomienda baños de esponja en lugar de duchas o baños de remojo. Vestirse adecuadamente para el clima y mantener buenos hábitos para ir al baño también son clave para mantener seco el yeso o la férula.

Mantenga limpio el yeso o la férula

Revise el yeso o la férula con regularidad para ver si hay secreción u olores inusuales, ya que podrían ser un signo de un problema debajo del acolchado. Es importante mantener el material extraño fuera del yeso o la férula. Evite los parques infantiles, las cajas de arena, las playas o cualquier área que contenga arena, astillas de madera, grava o trozos de caucho reciclado. Estos pequeños residuos pueden atascarse fácilmente dentro del yeso o la férula y causar irritación de la piel, erupciones cutáneas o llagas. Si algo se aloja dentro del yeso o la férula, comuníquese

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.

con Telehealth Nursing de inmediato. Absténgase de usar lociones o polvos debajo del yeso o la férula, ya que estos también pueden causar irritación de la piel.

Está bien escribir en el yeso con marcadores permanentes (los marcadores no permanentes se transferirán a la ropa y la ropa de cama).

Mantenga el yeso o la férula intactos

Para que el yeso o la férula hagan lo que está diseñado para hacer, deben permanecer intactos hasta la fecha programada de extracción. Para evitar más lesiones personales o daños al yeso o la férula, recomendamos mantener ambos pies en el suelo en todo momento. Esto significa evitar trepar, colgarse de cualquier cosa, saltar, correr y andar en cualquier cosa con ruedas (como una bicicleta, patines, hoverboards, etc.).

Es fácil mover el acolchado dentro del yeso o la férula, lo que puede causar problemas de circulación o problemas en la piel, así que absténgase de recoger o sacar cosas del yeso o la férula. No meta nada dentro del yeso o la férula, ni siquiera los dedos. Si el yeso o la férula se agrieta o se rompe, o el acolchado se ha alterado, es necesario repararlo o reemplazarlo. Comuníquese con un enfermera de telesalud de inmediato si esto sucede.

Cuidado de la piel

Revise diariamente para asegurarse de que el yeso o la férula no estén demasiado apretados o demasiado flojos. Un yeso o férula que se ha apretado demasiado podría limitar el suministro de sangre a la extremidad o dañar los nervios.

- Los dedos de los pies y de las manos con el yeso o la férula deben permanecer rosados y sentirse calientes al tacto. Para evaluar la circulación sanguínea adecuada, aplique presión en la uña de la mano o del pie. La uña debe volverse rosada dentro de los 5 segundos posteriores a la liberación de la presión.
- La hinchazón en un yeso o férula es común, especialmente después de una cirugía. Para minimizar las molestias y aliviar la hinchazón durante la curación, eleve el brazo o la pierna por encima del corazón con la mayor frecuencia posible y aplique hielo donde sea necesario, simplemente evite las bolsas de hielo que crean condensación o pueden tener fugas. Tenga en cuenta que el yeso o la férula se enfrían junto con la piel, por lo que el efecto de enfriamiento continuará una vez que se retire el hielo.
- Debe poder mover los dedos de las manos y los pies, a menos que estén inmovilizados y/o no se deban mover. No debe haber entumecimiento, hormigueo ni dolor.
- No use nada para rascarse debajo del yeso o la férula. Rascarse puede romper la piel y causar una infección. También puede desplazar el acolchado, lo que provoca úlceras por presión, torniquetes o una lesión por una sierra enyesada durante la extracción.

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 la parte inferior de la pierna ha sido enyesada o entablillada, coloque una toalla o una almohada pequeña debajo de la pantorrilla para permitir que el talón "flote" en el espacio. Esto ayuda a prevenir las úlceras por presión en el talón en pacientes posquirúrgicos o no ambulatorios.

Cuándo y qué informar a su proveedor

Los problemas de yeso o férula, particularmente aquellos que afectan el movimiento, la sensibilidad y/o la circulación de la extremidad, se consideran graves, ya que el daño permanente a la extremidad puede ocurrir en un corto período de tiempo. Informe cualquiera de los siguientes casos a su proveedor lo antes posible:

- Hinchazón, hormigueo o entumecimiento que no desaparece después de elevar la extremidad.
- Dolor que no mejora con los medicamentos recetados o la elevación.
- Irritabilidad excesiva sin motivo aparente.
- Una nueva mancha que proviene del interior del yeso o la férula.
- Olores inusuales o fétidos del yeso o la férula (el olor a sudor es normal).
- Cambios de color o temperatura en los dedos de los pies o de las manos.
- Irritación de la piel o erupciones cutáneas.
- Los dedos de las manos o de los pies parecen haberse deslizado hacia atrás dentro del yeso o la férula.
- Un yeso o férula que se siente demasiado apretado o demasiado flojo (movimiento del yeso hacia arriba o hacia abajo).
- Grieta/rotura del yeso o férula, lo que permite el movimiento de las extremidades.
- Roce o ardor doloroso dentro del yeso o la férula.
- El yeso o la férula se mojan.
- Fiebre sin causa aparente de 101.5 o más.
- Un objeto extraño dentro del yeso o la férula.

¿Preguntas?

Póngase en contacto con una enfermera de telesalud.

Llame al 651-229-3890 de lunes a viernes, de 7 a.m. a 9 p.m.; sábados, 8 a.m.–6 p.m.; y domingos y días feriados, 8 a.m.–4 p.m.

Llame al 800-719-4040 (línea gratuita) en cualquier momento, o en cualquier momento si esta fuera de las Ciudades Gemelas.

Clínica en Burnsville: 952-223-3400

Clínica de Maple Grove: 763-496-6000

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.