

# Prótesis de miembro superior

## Guía de Uso y Cuidado

Su prótesis de miembro superior ha sido diseñada a su medida para ayudarle a alcanzar sus objetivos personales de rehabilitación y funcionalidad. Esta guía le ayudará a aprender a ponerse la prótesis, cuidar su piel y limpiar su prótesis. Existen diversos tipos de prótesis de miembro superior. Además de esta guía general, también se le proporcionarán instrucciones de uso específicamente para su prótesis un plan de tratamiento y un programa de citas de seguimiento. Si tiene alguna pregunta sobre su prótesis o plan de atención, comuníquese con su protesista.

### QUÉ ESPERAR

El protesista se asegurará de que la prótesis le quede bien y le quede cómoda al ponérsela y quitársela. Las citas de seguimiento son importantes para verificar el ajuste y la funcionalidad de la prótesis, así como el progreso en sus objetivos de rehabilitación. Por favor siga todas las instrucciones de su médico, protesista y terapeuta, ya que la prótesis de cada persona es única. No dude en hablar con su protesista sobre cualquier duda o preocupación, y tenga en cuenta lo siguiente:

- Asegúrese de aumentar gradualmente el tiempo de uso de su nueva prótesis.
- Si nota algún daño o ruido extraño en su prótesis, llame a nuestra clínica lo antes posible.
- Si aumenta de peso, adelgaza o cambia el ajuste, programe una cita para verificar la comodidad del ajuste.
- Visite a su protesista cada seis meses para una revisión, incluso si todo va bien.
- Tras recibir la prótesis, a la mayoría de las personas encuentran beneficioso trabajar con un fisioterapeuta o un terapeuta ocupacional para mejorar su funcionamiento. Si necesita ayuda para encontrar un terapeuta, hable con su protesista de Hanger Clinic, ya que es muy posible que pueda ayudarle a identificar a un profesional en su área.
- Si tiene pensado mudarse, informe a nuestra oficina para que podamos transferir su cuidado a otra de nuestras más de 900 oficinas de Hanger Clinic en todo el país.



## CÓMO PONERSE Y QUITARSE LA PRÓTESIS

Ponerse y quitarse la prótesis es muy diferente según el tipo de sistema de su prótesis. A continuación, encontrará cuatro métodos para ponerse y quitarse su prótesis.

### Inserción por empuje

- Antes de introducir el muñón, el encaje puede estar seco o cubierto con un lubricante fino, como un desinfectante de manos.
- Coloque la abertura del encaje sobre su muñón, asegurándose de que esté correctamente alineado.
- Empuje suavemente su muñón dentro del encaje de la prótesis, aplicando una presión uniforme hasta que note resistencia y una conexión segura.
- Para retirar la prótesis, localice el botón o mecanismo de desbloqueo, o rompa el sello de succión del encaje.
- Retire la prótesis del muñón con cuidado.

### Inserción por tracción

- Para empezar, enrolle la manga de colocación sobre el muñón. La manga de colocación minimiza la fricción al introducir el muñón en el encaje.
- A continuación, coloque la abertura del encaje protésico sobre su muñón y localice el orificio de tracción o la abertura de la válvula para alinear la prótesis.
- Introduzca el extremo de la manga de colocación en el orificio de tracción o en la abertura de la válvula y, a continuación, deslice suavemente el muñón en el encaje. Tire del extremo de la manga de colocación, halando la manga por secciones hacia afuera de la cavidad.
- Una vez que el muñón esté totalmente introducido en la cavidad y se haya retirado por completo la manga de colocación, puede volver a introducir la válvula si es necesario.
- Para retirar la prótesis, localice el mecanismo o botón de desbloqueo, o rompa el sello de succión del encaje.
- Retire la prótesis del muñón con cuidado.

### Con funda de suspensión

- Limpie y seque el muñón antes de ponerse la funda de suspensión.
- A continuación, enrolle la funda de suspensión en el muñón y evite tirar funda de suspensión, ya que podría dañarla.
- Asegúrese de que la funda de suspensión quede lisa sobre la piel, sin arrugas ni pliegues.
- De acuerdo a su tipo de prótesis, es posible que tenga que enganchar un pin o un mecanismo de bloqueo para fijar la prótesis a la funda de suspensión.
- Si tiene un pin o un mecanismo de bloqueo, para retirar la prótesis puede que tenga que presionar un botón de desbloqueo o quitar alguna correa.
- A continuación, vuelva a enrollar suavemente la funda de suspensión hacia abajo del muñón.



## Ajuste con media protésica

- Para empezar, limpie y seque el muñón antes de ponerse la funda protésica.
- A continuación, desde la parte inferior de la extremidad, hale hacia arriba la media protésica asegurándose de que no apriete demasiado.
- Coloque el encaje protésico sobre su muñón con cuidado, asegurándose de que esté correctamente alineado.
- Compruebe si hay arrugas en la media protésica y alíselas para evitar molestias.
- Se pueden añadir o quitar medias adicionales según sea necesario.
- Para retirar la prótesis, tire suavemente del encaje hacia abajo y deslice lentamente la prótesis hacia fuera.

## Funda de gel

Si tiene una funda de gel, enróllela directamente sobre el brazo, contra la piel. Antes de aplicar la funda, el muñón debe estar limpio, seco y sin lociones. Prestar atención a estos detalles es muy importante para garantizar el ajuste adecuado de la prótesis. Para aplicar una funda de gel, al revés para que el gel quede hacia fuera. Coloque la funda en el extremo del muñón y enróllela suavemente para que no queden arrugas ni aire atrapado. Si su funda tiene un pin, asegúrese de que esté correctamente alineado con el extremo de su muñón.

## Mangas de suspensión

Las mangas de suspensión se colocan en la parte exterior del encaje y se enrollan en el brazo.

## Medias protésicas

Las medias protésicas ayudan a mantener la comodidad y funcionalidad de su prótesis. Si le dieron medias protésicas, debe colocarlas para mantener el ajuste según le indique el protesista. Es posible que el tamaño y la forma del muñón cambien a lo largo del día o de un día a otro. Las medias protésicas pueden ayudarle a sobre llevar esos cambios.

Los cambios de volumen del muñón se esperan debido a la actividad, la retención de líquidos, la temperatura y los cambios de peso. Si el muñón se reduce con el tiempo, es posible que tenga que llevar medias adicionales para rellenar el espacio sobrante y, posiblemente, programar una evaluación para un nuevo encaje. Una vez que llegue a 8 o 10 capas de medias, visite a su protesista para que le haga un ajuste.

Ponga las medias sobre el liner y no directamente sobre la piel, a menos que se indique lo contrario. Las medias deben estirarse siempre por completo y con suavidad sobre la extremidad, ya que las arrugas pueden causar abrasiones o irritar la piel. Si tiene una funda de pin, compruebe que la media NO esté enrollada alrededor del pin, ya que esto puede hacer que la media se atasque en el encaje del pin.

### *¿Cuándo hay que agregar una media?*

- Añadir una media puede aumentar la comodidad, protección y suspensión de la extremidad ya que mejora el ajuste del encaje. Si siente la prótesis muy floja, o rota, o ve una separación visible, esto indica que el muñón está muy adentro del encaje. Si las molestias persisten, comuníquese con su protesista.

### *¿Qué calcetín debe añadir?*

- Las medias vienen en diferentes grosores llamados "capas." El color de la banda en la parte superior de la media indica su capa. Para empezar, añada una media de 1 capa y aumente la capa según sea necesario. Si ha añadido una media, asegúrese de que la extremidad sigue entrando hasta el fondo de la prótesis. El encaje debe ajustarse perfectamente a la extremidad. Se pueden usar varias medias a la vez. Por ejemplo, llevar una media verde y una azul al mismo tiempo significa que el usuario se ha aplicado ocho capas de medias.

### *¿Cuándo hay que quitar una media?*

- Quítense una media si la extremidad no se ajusta del todo al encaje. La prótesis de brazo o mano se convertirá en una parte de su vida cotidiana. Su protesista le enseñará a usarla correctamente y le garantizará el ajuste ideal.

## CRONOGRAMA DE USO

El protesista le proporcionará un programa de adaptación personalizado para aumentar gradualmente la cantidad de tiempo que pasa con su nueva prótesis cada día. En general, le sugerimos que empiece a usarla de media a una hora por la mañana y por la tarde el primer día y que luego aumente el tiempo de uso por la mañana y por la tarde en una hora cada día hasta llegar a un día completo de uso. Asegúrese de revisar su piel después de cada periodo de uso.

Un cronograma de uso típico puede ser algo así:

DÍA	TIEMPO DE USO
1	½ hora por la mañana, ½ hora por la tarde
2	1 hora por la mañana, 1 hora por la tarde
3	2 horas por la mañana, 2 horas por la tarde
4	3 horas por la mañana, 3 horas por la tarde
5	4 horas por la mañana, 4 horas por la tarde
6	5 horas por la mañana, 5 horas por la tarde
7	Todo el día, según lo desee.

## CUIDADO DE LA PIEL

### Inspección de la piel

Es muy importante vigilar de cerca su piel. Utilice un espejo para inspeccionar su muñon y comprobar el estado de la piel varias veces al día. Si observa zonas enrojecidas que no mejoran a los 30 minutos de quitarse la prótesis, ampollas o piel rota, no use la prótesis hasta que hable con su protesista o hasta que la piel se cure por completo.

### Transpiración

Transpirar es común, sobre todo cuando hace calor. Es posible que al principio sude más de lo habitual. No se preocupe; su cuerpo se adaptará gradualmente para producir menos sudor cuando lleve la prótesis. Si la sudoración continúa y le preocupa, consulte con su protesista recomendaciones para mejorar la situación.

### Inflamación

Durante los primeros meses o el primer año de uso de la prótesis, el muñon pasará por un periodo de maduración, a lo largo del cual podrá encogerse o hincharse. Si experimenta hinchazón, colóquese su media de reducción cuando no lleve la prótesis, incluso cuando duerma.

## INSTRUCCIONES DE CUIDADO

El cuidado de la prótesis puede variar en función del tipo de prótesis de miembro superior que tenga. A continuación, encontrará algunas instrucciones de cuidado generales.



### Instrucciones generales

Limpie suavemente el exterior de la prótesis y el encaje con un paño suave y agua tibia con jabón. Asegúrese de que la prótesis esté completamente seca antes de guardarla o volver a usarla. Compruebe periódicamente si hay signos de desgaste, componentes sueltos o cables deshilachados. Tome precauciones para evitar que entre humedad en la prótesis, sobre todo alrededor de los puertos de carga o los compartimentos de las baterías, si los tiene.



### Encaje

Todos los días, debe limpiar el interior y el exterior del encaje con un paño suave para mantener la higiene y prolongar la duración de la prótesis y los accesorios. Puede limpiar el encaje por la noche con agua con jabón o alcohol. Así, dejará tiempo suficiente para que se seque antes de volver a utilizarlo. No sumerja la prótesis en agua, ya que la mayoría de las prótesis NO son impermeables.



### Medias y medias de reducción

Las medias que se llevan directamente sobre la piel deben lavarse al menos una vez al día para mantener una buena higiene del muñon. Rote las medias para no desgastar ninguna demasiado rápido. Lávelas a mano con agua y jabón suave y deje secar en posición horizontal. Evite escurrir las medias o meterlas en la secadora, ya que esto puede desgastar el elástico.



### Prótesis accionadas por el cuerpo

Normalmente, se puede utilizar jabón en una prótesis que se controla con el cuerpo. Al final del día, limpie el encaje protésico (la parte interior), enjuague bien para eliminar los restos de jabón y, a continuación, seque con aire comprimido o deje secar de forma que el agua pueda escurrir y evaporarse por completo.



### Prótesis mioeléctricas

Inspeccione diariamente la prótesis para desgastes o partes deshilachadas, componentes sueltos y problemas con los cables. Antes de apagar su prótesis mioeléctrica al final del día, coloque el dispositivo terminal o la mano en posición abierta. Retire y cargue las baterías. Si hay una batería interna, asegúrese de que la prótesis esté apagada y luego enchúfela para cargarla con el cable de carga de la batería. Cuando limpie la prótesis mioeléctrica, es importante que no la sumerja ni la moje, a menos que se lo indique específicamente su protesista.

- Si tiene aire comprimido, utilícelo para limpiar la prótesis y eliminar el polvo y suciedad.
- Limpie los electrodos y la prótesis con un paño suave.
- Evite que entre humedad alrededor del puerto de carga o la batería.
- Limpie los guantes a diario o cuando se ensucien con un paño húmedo o una esponja, pero evite sumergirlos en agua. Para eliminar las bacterias, debe utilizarse alcohol o un desinfectante de manos sin agua. Si observa una grieta en un guante, informe a su protesista.

## CÓMO CONTROLAR LA PRÓTESIS

En función de los componentes utilizados en su prótesis, el protesista de Hanger trabajará con usted y le enseñará a controlar varios movimientos importantes, entre ellos:

- Apertura y cierre del dispositivo terminal (mano)
- Rotación interna y externa de la mano
- Flexión o extensión del codo (para prótesis que incluyen el codo)
- Flexión o extensión del hombro (para prótesis que también incluyen un hombro)

Con algunos de los sistemas protésicos con tecnología más avanzada, aprenderá a controlar movimientos específicos a través de varios músculos de la parte superior del cuerpo.





## APOYO ENTRE PARES

El programa AMPOWER® de Hanger Clinic ofrece a apoyo entre pares, recursos educativos y eventos comunitarios.

Hoy mismo puede hablar con uno de nuestros mentores. El program tiene más de 1.000 mentores a nivel nacional que han recibido entrenamiento adecuado. También podrá conectarse con más de 7.500 personas con situaciones similares.

Llame al **1-844-AMPOWER** para obtener más información.

## CRONOGRAMA DE CITAS

Su protesista establecerá un cronograma de citas durante las próximas semanas y meses para revisar su progreso. La siguiente tabla brinda un ejemplo de cómo podría ser el cronograma de las citas de seguimiento:

CITA	ACTIVIDAD
<b>Evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer sus necesidades y objetivos y obtener los documentos necesarios para la autorización de su seguro médico</li> <li>• Tomar una impresión o medidas y un molde o escáner de su muñón</li> </ul>
<b>Encaje de diagnóstico</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificación del ajuste del encaje protésico antes de realizar la versión definitiva de la prótesis</li> </ul>
<b>Entrega</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificar de comodidad y movilidad de la prótesis</li> <li>• Demostrar cómo ponerse y quitarse una prótesis</li> <li>• Revisar el programa de uso, las instrucciones de limpieza y el cronograma de citas de seguimiento</li> </ul>
<b>Llamada de seguimiento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprobar el progreso y responder a cualquier pregunta adicional</li> </ul>
<b>Citas de seguimiento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Terapia ocupacional y fisioterapia para maximizar la funcionalidad</li> <li>• Realizar los ajustes necesarios</li> <li>• Revisar la prótesis y sus objetivos de rehabilitación</li> </ul>

Su próxima cita es el: \_\_\_\_\_

**A medida que avanza en el camino, recuerde que no está solo.**

**Su protesista está a su disposición para responder sus preguntas y estará encantado de ponerle en contacto con personas en su area que hayan pasado antes por este proceso.**

➔ Para obtener más información, visite [HangerClinic.com/UpperLimb](https://HangerClinic.com/UpperLimb).