

Guía de uso y cuidados de aparato ortopédico para pectus carinatum

 Hanger Clinic®



pediatric
SPECIALISTS

Su aparato para pectus carinatum, también conocido como pecho de paloma, fue diseñado para ejercer presión constante en el esternón y ayudar con la rehabilitación.

Estas instrucciones le permitirán aprender a usar y cuidar correctamente el aparato, definir un cronograma de uso y le brindarán un plan de tratamiento que incluirá un cronograma de citas de seguimiento.

Si tiene alguna pregunta específica sobre el aparato o plan de atención, comuníquese con su ortesista.

QUÉ ESPERAR

Su ortesista se asegurará de que el aparato de pectus carinatum se ajuste correctamente y de que usted se sienta cómodo al colocárselo y quitárselo. El órtesis ejercerá presión directamente sobre el esternón, disminuyendo el tamaño de la parte protuberante delantera del pecho.

El objetivo de este tratamiento es mantener la reducción del pecho hasta que se produzca la maduración esquelética. La voluntad de usar el aparato ortopédico es esencial para que el tratamiento tenga éxito. Las citas de seguimiento son importantes para evaluar el calce y la función del aparato ortopédico, así como la continuidad de sus objetivos en torno a la órtesis y la rehabilitación.



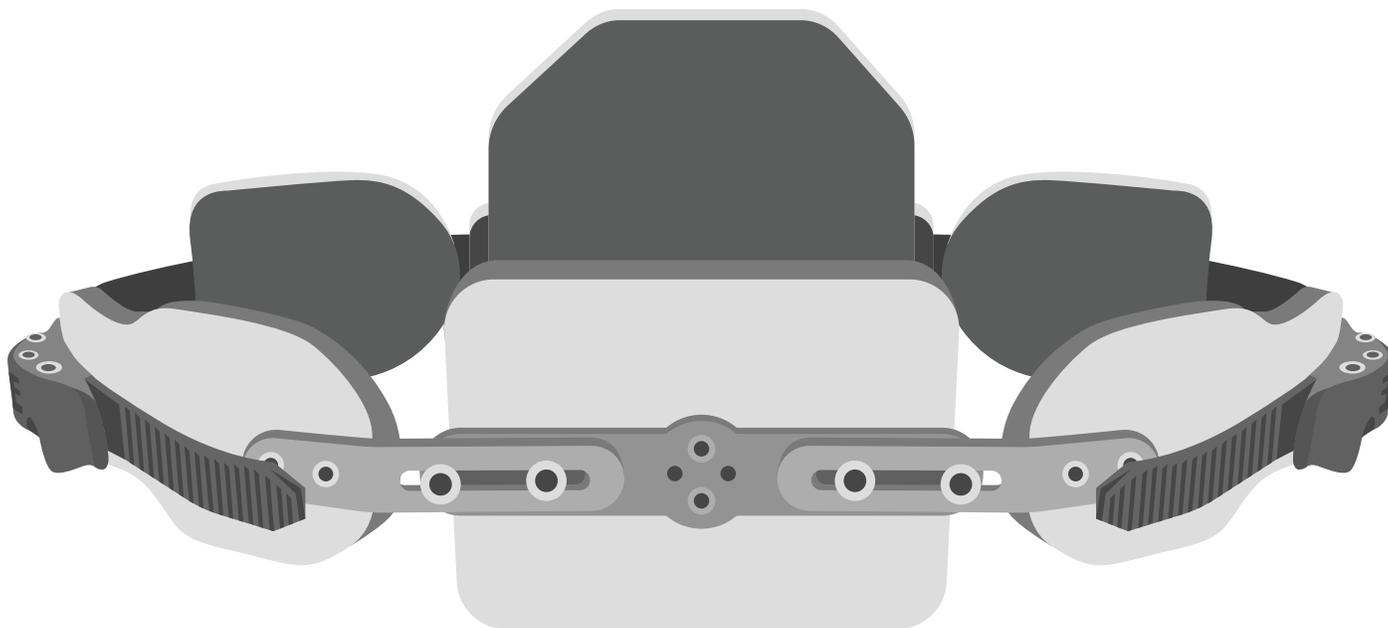
ROPA

Para de proteger la piel, use siempre una camisa limpia, seca y ajustada debajo del aparato ortopédico. Es posible que necesite una camisa holgada o un licero ajuste en la talla o el estilo de la ropa para que quepa sobre el órtesis. Si usa prendas con botón o cremallera, es posible que deba usar una o dos tallas más. Elige el estilo de ropa que le quede mas cómodo.

PONIENDOTE EL APARATO ORTOPEDICO

Su ortesista le indicará cómo colocarse y quitarse su aparato ortopédico específico. A continuación se presentan algunas pautas generales.

1. Comience siempre usando una camisa de algodón fina, limpia y seca debajo del aparato ortopédico.
2. Posicione el aparato con la almohadilla correspondiente en la parte delantera y trasera.
3. Para colocarse el aparato ortopédico, posicónelo en el pecho sobre la parte protuberante más alta.
4. Pase la correa de seguridad por el trinquete lateral y ajústela. Mantenga un lado del aparato ortopédico abrochado en todo momento para mantener la tensión y facilitar su colocación. El aparato debe usarse de modo que comprima de manera suave al pecho protuberante y esté lo suficientemente apretado como para no deslizarse, pero no debe restringir la respiración normal. Las marcas sobre el aparato sirven de guía para ajustarlo de manera adecuada.*
Es posible que su aparato no pueda ajustarse con una correa de seguridad. Si el diseño difiere del ilustrado, consulte con su ortesista.



INSTRUCCIONES DE USO

Siga el programa de uso que le ha indicado su ortesista. Le animamos a que realice todas sus actividades habituales, incluida la actividad física. Se recomienda quitarse el aparato ortopédico para todas las actividades de atletismo, clases de educación física, natación y para bañarse.

Cuando no use el aparato ortopédico en la escuela, debe guardarlo en un lugar cerrado con llave o supervisado, como puede ser la oficina del profesor de gimnasio, de la enfermera, o el casillero deportivo para evitar que se pierda, se lo roben o se dañe. Es posible que necesite ayuda de la enfermera escolar o del profesor de gimnasio para volver a colocárselo y ajustarlo siguiendo las líneas recomendadas en las correas. Si la escuela a la que asiste le solicita una nota, indíquesele al ortesista.

CRONOGRAMA DE USO

Es posible que al principio, el aparato ortopédico le resulte incómodo. Puede sentir que le cuesta respirar profundamente, así como la presión del aparato. Se recomienda aumentar gradualmente la cantidad de horas por día que usa el aparato ortopédico. En general, le sugerimos que aumente la cantidad de tiempo que usa el aparato durante el transcurso de una semana, a fin de cumplir con el programa de uso prescrito para la segunda semana.

Su ortesista le proporcionará un programa de adaptación personalizado que le permitirá aumentar gradualmente la cantidad de horas por día que usa el aparato ortopédico. Esto le da tiempo al cuerpo para adaptarse a la compresión del aparato. Un cronograma de uso típico puede ser algo así:

DÍA	TIEMPO DE USO	
1	1 HORA EN CASA	Use el aparato (órtesis) durante 30 minutos y luego revise su piel. Si está rosada, continúe usando el aparato durante otros 30 minutos. Si está enrojecida o adolorida, quítese el aparato durante 30 minutos más y luego vuelva a colocárselo.
2	2 HORAS EN CASA	Use el aparato durante 1 hora y luego revise su piel. Si está rosada, continúe usando el aparato 1 hora más. Si está enrojecida o adolorida, quítese el aparato durante 30 minutos más y luego vuelva a colocárselo.
3	4 HORAS PUESTO	Use el aparato durante 2 horas y luego revise su piel. Si está rosada, continúe usando el aparato 2 horas más. Si está enrojecida o adolorida, quítese el aparato durante 30 minutos más y luego vuelva a colocárselo.
4	6 HORAS PUESTO	Use el aparato durante 3 horas y luego revise su piel. Si está rosada, use el aparato 3 horas más. Si está enrojecida o adolorida, quítese el aparato durante 30 minutos más y luego vuelva a colocárselo.
5	DUERMA CON EL APARATO 8 HORAS POR LA NOCHE	Use el aparato para dormir por la noche. Si se despierta o no puede dormir, busque la manera de usar el aparato durante toda la noche. Una vez que logre dormir con el aparato por la noche, continúe agregando horas durante el día.
6	DUERMA CON EL APARATO 8 HORAS POR LA NOCHE Y 4 HORAS DURANTE EL DÍA	Use el aparato para dormir por la noche y 4 horas durante el día. Si despierta y tiene la piel enrojecida o adolorida, quítese el aparato durante 30 minutos y luego vuelva a colocárselo.
7	DUERMA CON EL ÓRTESIS 8 HORAS POR LA NOCHE Y 6 HORAS DURANTE EL DÍA	Use el aparato para dormir por la noche y 6 horas durante el día. Si despierta y tiene la piel enrojecida o adolorida, quítese el aparato durante 30 minutos y luego vuelva a colocárselo.
8	USE EL APARATO DE 12 A 23* HORAS POR DÍA SEGÚN PRESCRITO DEL MÉDICO	Use el aparato para dormir por la noche y durante todo el día. Si despierta y tiene la piel enrojecida o adolorida, quítese el aparato durante 30 minutos y luego vuelva a colocárselo.

**Es importante tener en cuenta que este cronograma de uso es una recomendación. Algunas personas necesitan usar el aparato durante un período más prolongado para acostumbrarse a él. Sea paciente si necesita usarlo más tiempo para alcanzar el tiempo máximo de uso del aparato.*

USO DE NOCHE

Es común sentir una ligera molestia a causa de las presiones que ejerce el aparato. Pruebe dormir de costado, boca arriba o boca abajo. Si no puede conciliar el sueño después de haberlo intentado durante un período prolongado, quítese el aparato y vuelva a intentar la noche siguiente. Una vez que pueda conciliar el sueño con el aparato puesto, es posible que se despierte en medio de la noche. Si este es el caso y no suele despertarse, quítese el aparato y siga durmiendo. Con el tiempo, su cuerpo se acostumbrará a la nueva sensación de usar un aparato ortopédico y usted podrá dormir normalmente.

RECOMENDACIONES

- No se recomienda usar el aparato para *pectus carinatum* para ir al gimnasio, hacer ejercicio o practicar deportes; si realizará estas actividades, afloje las correas o quítelas si es necesario.
- Si forma parte de un coro o toca instrumentos que requieren respiraciones profundas, afloje las correas para realizar estas actividades o quítese el aparato si es necesario.
- Si siente molestias al comer, afloje las correas o quítese el aparato. Puede dejárselo puesto para comer refrigerios.
- Es posible que tenga que adaptarse a los cambios que su cuerpo va haciendo con el tiempo. Por ejemplo, a medida que la persona crece, a veces esta adelgaza y tiene que ajustar más el aparato para evitar que se mueva. Ajuste las correas tanto como le quede cómodo.
- No sumerja el aparato en agua, ya que la humedad quedará atrapada en el interior y esto podría generar mal olor en el aparato.
- Nunca deje el aparato ortopédico en un automóvil durante condiciones climáticas extremas. Podría quebrarse con el frío extremo y deformarse con el calor extremo.



CUIDADO DE LA PIEL

Cada vez que se quite el aparato, revise atentamente la piel. Se espera cierta decoloración de la piel, como un color entre rosado y rojo, debido a la naturaleza compresiva del aparato ortopédico. Las áreas rosadas en la punta de la parte protuberante del pecho son normales. Busque marcas rojas que no desaparezcan en 45 a 60 minutos. Al presionarlas, las marcas de presión deben volverse un tono más claro y deben desaparecer en 45 a 60 minutos. Es posible que las áreas decoloradas debajo de las almohadillas correctivas no desaparezcan, y esto es normal.

Si observa áreas oscurecidas que parecen un hematoma, enrojecimiento o abrasiones en la piel, especialmente sobre los huesos, que no se aclaran ni desaparecen en 45 a 60 minutos o que le generan incomodidad, comuníquese con su ortesista para analizar si necesita un ajuste.

Planifique diariamente cuando quiera bañarse, ya sea por la mañana o por la noche. Mantenga limpia la piel debajo del aparato ortopédico limpiándola 2 veces al día con toallitas húmedas para bebés o un paño húmedo limpio. Los mejores momentos para hacerlo son por la mañana, después de la escuela o antes de dormir.

Evite aplicar cualquier tipo de loción o polvo sobre la piel antes de colocarse el aparato. Estos productos suavizan la piel y pueden llegar a dañarla. Puede aplicar lociones o polvos cuando no tenga puesto el aparato, pero verifique que la piel esté limpia y que se haya eliminado cualquier exceso de loción o polvo 45 minutos antes de volver a usar el aparato.

INSTRUCCIONES DE LIMPIEZA

Limpie el aparato ortopédico todos los días con agua tibia, jabón suave y séquelo con una toalla. Revise con su ortesista cualquier cuidado específico que requiera el aparato. Este no absorberá agua, pero las correas o almohadillas necesitarán tiempo para secarse. Nunca utilice productos químicos para limpiarlo.

Las camisas que use debajo del aparato absorberán la mayor parte del sudor, pero con el tiempo este puede acumularse en las almohadillas. Como parte de su rutina semanal, limpie el interior del aparato con alcohol isopropílico al 70 %. Las botellas rociadoras con alcohol isopropílico y las toallitas son muy útiles para limpiar rápidamente el aparato. No se recomienda utilizar limpiadores agresivos, como toallitas desinfectantes con lejía. Tanto usted como el aparato deben estar secos antes de colocárselo.

CRONOGRAMA DE CITAS

Después de que el ortesista le entrega el aparato para *pectus carinatum*, establecerá un cronograma de citas durante las próximas semanas y meses para revisar su progreso. Aquí se brinda un ejemplo de cómo podrían ser el cronograma de citas de control:

CITA	ACTIVIDAD
Prueba inicial de el aparato	<ul style="list-style-type: none">• Calce y ajuste del aparato ortopédico• Revisión de la colocación de la aparato, del cronograma de uso, de las instrucciones de limpieza y del cronograma de citas de seguimiento
Sera seguimiento de aparatos ortopedicos durante 2 a 3 semanas	<ul style="list-style-type: none">• Evaluación del calce y realización de ajustes necesarios
Sera seguimiento de aparatos ortopedicos cada 3 a 4 meses	<ul style="list-style-type: none">• Finalización de la evaluación del paciente y revisión de medidas y cambios de forma• Evaluación del calce del aparato y realización de ajustes necesarios
Sera con su medico o atencion primaria cada 6 meses	<ul style="list-style-type: none">• Reunión con el médico de atención primaria para posteriores evaluaciones• Posibilidad de alternar citas de atención primaria con citas de ortopedico

A medida que avanza en el camino, recuerde que no está solo. Su ortesista de Hanger Clinic está disponible para responder sus preguntas y brindarle todo el apoyo posible.

Si no tenemos noticias de usted, asumiremos que usa el aparato ortopédico a diario sin inconvenientes. No pase días ni semanas sin usar el aparato ortopédico. Estamos para ayudar. No dude en contactarnos.

La próxima cita es el:

