

Guía de uso y cuidado de aparatos ortopédicos para la escoliosis

 Hanger Clinic®



**pediatric
SPECIALISTS**

Tu ortesis toraco lumbosacra (OTLS) para la escoliosis, o aparato ortopédico para la escoliosis, se ha diseñado para aplicar presión sobre tu espalda en áreas específicas para enderezar tu columna vertebral mientras tú estás usando el aparato.

Estas instrucciones definirán un programa de uso, cómo cuidar tu piel y te brindarán un plan de tratamiento que incluirá un programa de seguimiento de citas. Si tienes alguna pregunta específica sobre tu plan de atención, comunícate con tu ortesista.

QUÉ ESPERAR

El objetivo principal de tu aparato ortopédico para la escoliosis es detener el progreso de la curva. Por ejemplo, si comienza con una curva de 27 grados, el objetivo es evitar el progreso de la curva de 27 grados durante el transcurso del tratamiento.

El tratamiento requerirá citas con tu médico especialista en la columna vertebral/cirujano ortopédico y tu ortesista de Hanger (que será responsable de tu tratamiento con aparatos ortopédicos). Es probable que tenga visitas adicionales y más frecuentes con tu ortesista para hacer los ajustes necesarios a tu aparato ortopédico.

Las citas de seguimiento regulares son importantes para evaluar el ajuste y la función de tu aparato ortopédico. Tu médico especialista en la columna vertebral determinará el tiempo de tratamiento con el aparato ortopédico, que se define de forma rutinaria hasta la madurez esquelética.



COLOCAR EL APARATO ORTOPÉDICO

Tu ortesista se asegurará de que ajuste bien y confirmará que te sientas cómodo y seguro al ponerte y quitarte el aparato ortopédico. En un principio, puede ser más fácil que alguien te ayude a ponerte el aparato ortopédico, pero, a continuación, hay algunas pautas generales.

Primero, colócate una camisa de algodón sin mangas o una camisa ceñida limpia y seca. Alisa las arrugas y tira de la camiseta para que esté situada debajo de tus caderas. Consulta las sugerencias a continuación para obtener camisetas sin costuras que debes usar debajo, y analiza estas opciones con tu ortesista.

Si el aparato ortopédico se abre en la espalda:

1. Sostén el aparato ortopédico frente a ti. Abre el aparato ortopédico y aplícalo alrededor de tus caderas y torso.
2. Mueve el aparato ortopédico hacia arriba o abajo hasta que se asiente en la zona de la cintura/zona blanda entre las caderas y las costillas.
3. Desde la parte posterior, centra el aparato ortopédico. Tu parte inferior debe estar centrada en la abertura.
4. Al ajustar las correas, tu ortesista confirmará el orden en el que debes ajustar el aparato ortopédico, por ejemplo, la parte inferior, media, superior o media, inferior, superior. Pasa cada correa a través de la abertura del asa de metal y asegura el velcro nuevamente sobre sí mismo. Tu ortesista establecerá las líneas de tensión para el apretamiento requerido. Es posible que tome 2 a 3 intentos por correa antes de alcanzar la tensión recomendada de cada correa. Usa la ortesis en las líneas marcadas en las correas. Una ortesis suelta puede moverse y frotarse, causando irritaciones en la piel.
5. El ancho de la abertura debe estar centrado y ser igual desde arriba hacia abajo.



Si el aparato ortopédico se abre en la parte delantera:

1. Sostén el aparato ortopédico frente a ti. Abre el aparato ortopédico y aplícalo alrededor de tus caderas y torso.
2. Mueve el aparato ortopédico hacia arriba o abajo hasta que se asiente en la zona de la cintura/zona blanda entre las caderas y las costillas.
3. Se recomienda que te recuestes sobre la espalda y ajustes las correas. Esto permite la elongación recomendada de la columna vertebral mientras tengas el aparato ortopédico para una corrección y alineación óptimas de la curva.
4. Al ajustar las correas, tu ortesista confirmará el orden en el que debes ajustar el aparato ortopédico, por ejemplo, la parte inferior, media, superior o media, inferior, superior. Pasa cada correa a través de la abertura del asa de metal y asegura el velcro nuevamente sobre sí mismo. Tu ortesista establecerá las líneas de tensión para el apretamiento requerido. Es posible que tome 2 a 3 intentos por correa antes de alcanzar la tensión recomendada de cada correa. Usa la ortesis en las líneas marcadas en las correas. Una ortesis suelta puede moverse y frotarse, causando irritaciones en la piel.



**El aparato ortopédico se usará debajo de la ropa (solo por fines fotográficos)*

INSTRUCCIONES DE USO

Te animamos a participar en todas tus actividades normales, incluido el ejercicio, el atletismo, la clase de educación física y la natación. Se recomienda quitar el aparato ortopédico para todo tipo de atletismo, clases de educación física, natación y actividades de aseo. Cuando no estés usando tu aparato ortopédico en la escuela, debes guardarlo en algún lugar bajo llave o monitoreado, como la oficina de un profesor de gimnasio, un casillero o una oficina de enfermería para evitar que se pierda, se dañe o lo roben.

Es posible que requieras asistencia del personal de enfermería de la escuela o del profesor de gimnasia para volver a ponerte el aparato ortopédico y ajustarlo de acuerdo a las líneas recomendadas en las correas. Si tu escuela requiere una nota, notifica a tu ortesista.

ROPA

- El aparato ortopédico se usará debajo de la ropa. Las camisas, los pantalones y las faldas con cinturas elásticas con ajustes holgados son más cómodos para usar sobre el aparato ortopédico. La ropa con botones y cierres puede requerir tallas 1 o 2 veces más grandes. Elige el estilo de ropa que te haga sentir más cómodo.
- Usa una camisa de algodón sin mangas o una camisa ceñida limpia y seca debajo del aparato ortopédico para proteger la piel. Se recomienda el uso de camisas de algodón sin mangas con la solapa de protección bajo de los brazos para el uso diurno. Habla con tu ortesista para obtener más detalles.
- La ropa interior se puede usar debajo o sobre el aparato ortopédico. Si se usa ropa interior sobre el aparato ortopédico, puede facilitar la tarea de ir al baño sin tener que quitarlo. Practica ir al baño varias veces en tu casa antes de usar tu aparato ortopédico en la escuela.
- Los sujetadores pueden usarse debajo del aparato ortopédico, pero no se recomienda el uso de sujetadores con alambre.

RECOMENDACIONES DE CAMISETAS SIN COSTURAS PARA USAR DEBAJO*

Tamaño recomendado: _____

Estilo recomendado: _____

- Knit-Rite: [Knit-RiteDirect.com](https://www.knit-rite.com)
- Embraced in Comfort: [EmbracedInComfort.com](https://www.embracedincomfort.com)
- Camisolas SO® de Kohl
- Camisolas de Jockey®
- Camisa sin mangas o camisetas Nike Dry Fit
- Brace Buddies: camisas para debajo y sobre el aparato ortopédico
- 32 Degrees Cool: camisetas dry fit
- Camiseta Wonder y camiseta Essential: [DownEastBasics.com](https://www.downeastbasics.com)

**Esta no es una lista completa de recursos ni un aval oficial de la Hanger Clinic.*

RECOMENDACIONES

- No se recomienda usar el aparato ortopédico para la escoliosis en el gimnasio, al ejercitar y cuando se realiza deportes, al menos durante los primeros dos meses hasta que te acostumbres al calce del aparato ortopédico. Puede haber limitaciones en tu movimiento.
- Si participas en un coro o tocas instrumentos que requieren respiraciones profundas, afloja las correas para estas actividades o retíralas si es necesario.
- Cuando comas comidas más pequeñas, afloja las correas y déjelas sueltas durante 30 minutos después de la comida (si es necesario). Para comidas más grandes, puedes quitarte el aparato ortopédico y no utilizarlo por 30 a 45 minutos después de la comida para dejar que la comida se digiera. El aparato ortopédico puede dejarse colocado para los refrigerios.
- Es posible que debas adaptarte a los cambios en tu cuerpo con el tiempo. Por ejemplo, a medida que aumenta de altura, a veces una persona adelgaza y necesita ajustar el aparato ortopédico para prevenir la migración. Cuando te sientas cómodo, ajusta las correas.
- No sumerjas el aparato ortopédico en agua, ya que la humedad quedará atrapada en el interior y puede hacer que el aparato ortopédico huela mal.
- Nunca dejes el aparato ortopédico en un automóvil cuando la temperatura exterior sea de 90 grados o más, ya que el aparato ortopédico puede deformarse en un automóvil caliente.

PROGRAMA DE USO

Al principio, el aparato ortopédico para la escoliosis puede resultar incómodo. Es posible que sientas que te resulta difícil respirar profundamente y que sientas la presión del aparato ortopédico. Se recomienda que aumentes gradualmente la cantidad de horas por día que usas el aparato ortopédico. En general, le sugerimos que aumentes el uso en el transcurso de 2 semanas, con el objetivo de estar en el programa de uso prescrito para la tercera semana. Las pautas sugeridas para el ajuste gradual se proporcionan en este cuadro a la derecha.

Los programas de uso son determinados por tu médico especialista en la columna vertebral y el ortesista teniendo en cuenta los siguientes factores: tu curva de escoliosis, el riesgo de progresión, la madurez esquelética y el programa de actividades. Este programa se puede modificar para reflejar el objetivo de tratamiento recomendado establecido por tu médico especialista en la columna vertebral. Por ejemplo, tu objetivo establecido puede ser usar tu aparato ortopédico de 12 a 16 horas por día, en lugar de a 20 horas. Confirma tu objetivo de tratamiento con tu ortesista.

USO AL DORMIR

Es común sentir una leve molestia debido a las presiones que el aparato ortopédico aplica. Puedes intentar dormir de costado, de espalda o boca abajo. Si no puedes dormirte después de un largo período, quítate el aparato ortopédico e inténtalo de nuevo la noche siguiente. Una vez que puedas dormirte con el aparato ortopédico puesto, es posible que te despiertes en medio de la noche. Si este es el caso y no sueles despertarte en medio de la noche, retira el aparato ortopédico y continúa durmiendo toda la noche. Con el tiempo, tu cuerpo se ajustará a las nuevas sensaciones de usar un aparato ortopédico y podrás dormir normalmente.

CUIDADO DE LA PIEL

Cada vez que te retires el aparato ortopédico, observa tu piel atentamente. Busca marcas rojas que no desaparezcan dentro de 45 a 60 minutos. Cuando se presionan, las marcas de presión deben tornarse más claras y las marcas de presión deben desaparecer en un plazo de 45 a 60 minutos. Es posible que las áreas descoloridas debajo de las almohadillas correctivas no se desvanezcan y esto es normal.

Si observas áreas oscurecidas, enrojecimiento o abrasiones en la piel, especialmente sobre áreas óseas, que no se aclaren ni desaparezcan en un plazo de 45 a 60 minutos o que sean incómodas, comunícate con tu ortesista para analizar si se requiere un ajuste.

Planifica bañarte diariamente, ya sea por la mañana o por la noche. Mantén limpia la piel debajo del aparato ortopédico limpiándola con toallitas para bebé o con un paño húmedo limpio 2 veces al día. Un buen momento para tener en cuenta es por la mañana, después de la escuela o antes de acostarse.

Evita colocar cualquier tipo de loción o polvo en la piel antes de usar el aparato ortopédico. Estas ablandan la piel y pueden permitir que se produzca la degradación de la piel. Puedes aplicar loción o polvo cuando se haya retirado el aparato ortopédico, pero confirma que la piel esté limpia y que el exceso de loción o polvo se haya eliminado 45 minutos antes de volver a usar el aparato ortopédico.

DÍA	TIEMPO DE USO
1	2 horas en casa HORAS TOTALES: 2
2	2 horas de uso 30 min de reposo 2 horas de uso HORAS TOTALES: 4
3	2 horas de uso 30 min de reposo 2 a 4 horas de uso HORAS TOTALES: 4 A 6
4 y 5	2 horas de uso Retirado hasta la hora de acostarse Dormir con el aparato por 8 horas HORAS TOTALES: 10 (varía)*
6 y 7	4 horas de uso Retirado hasta la hora de acostarse Dormir con el aparato por 8 horas HORAS TOTALES: 12
8 y 9	Primer día para usar un aparato ortopédico en la escuela 6 horas de uso Retirado hasta la hora de acostarse Dormir con el aparato por 8 horas HORAS TOTALES: 12
10 y 11	Usar aparatos ortopédicos en la escuela 8 horas de uso Retirado hasta la hora de acostarse Dormir con el aparato por 8 horas HORAS TOTALES: 16
12 y 13	Usar aparatos ortopédicos en la escuela 20 horas de uso Retirado durante 4 horas, en el momento que elija. HORAS TOTALES: 20

**Es posible que no alcances las 8 horas completas las primeras 2 noches. Puedes quitarte el aparato ortopédico en medio de la noche si es necesario.*

INSTRUCCIONES DE LIMPIEZA

Las camisetas que se usan debajo del aparato ortopédico absorberán la mayor parte del sudor, pero la transpiración puede acumularse en el recubrimiento de espuma con el tiempo. Incluye en tu rutina semanal el uso de alcohol isopropílico al 70 % para limpiar el interior del aparato ortopédico. Las botellas de spray con alcohol isopropílico y las toallitas funcionan muy bien para limpiar el aparato ortopédico rápidamente. No se recomienda el uso de productos de limpieza duros, como toallitas con lejía. Tanto tú como el aparato ortopédico deben estar secos antes de colocarlos.

PROGRAMA DE CITAS

Después de la entrega de tu aparato ortopédico para escoliosis, tu ortesista establecerá un programa para revisar tu progreso durante las próximas semanas y meses. Este es un ejemplo de cómo puede lucir tu viaje:

CITAS	ACTIVIDAD
Seguimiento de 2 a 10 semanas y control de radiografías	• Revisa las radiografías con el aparato ortopédico puesto y haz los ajustes necesarios • Revisa las horas de uso del aparato ortopédico • Cumplimiento de la fisioterapia
Seguimientos regulares	• Se programarán radiografías con y sin el aparato ortopédico cada 6 meses con tu médico especialista en columna vertebral para monitorear la curva de la escoliosis para una evaluación continua. • Las visitas de seguimiento en la Hanger Clinic se realizarán cada 3 a 4 meses para ajustar el crecimiento, posiblemente proporcionar un informe de control de cumplimiento y evaluar el ajuste del aparato ortopédico

CUMPLIMIENTO DEL TRATAMIENTO

El éxito del tratamiento de la escoliosis depende del cumplimiento. Los monitores de cumplimiento a menudo se colocan dentro del aparato ortopédico para obtener comentarios objetivos. El monitor recopila datos a través de lecturas de temperatura incrementales. Se pueden proporcionar informes de monitoreo en cada visita de seguimiento. Los comentarios de este informe serán analizados por el paciente que usa el aparato ortopédico, su familia y su ortesista.

A medida que avances en este viaje, recuerda que no estás solo. El tratamiento de la escoliosis NO es una carrera. Requerirá tu compromiso y tenacidad para el éxito. Tu ortesista de Hanger está disponible para responder a tus preguntas y brindarte apoyo en todo lo que pueda. Si no tenemos noticias tuyas, supondremos que estás usando tu aparato todos los días sin problemas. No pases días, semanas o meses sin usar el aparato ortopédico. Estamos aquí para ayudarte. No dudes en llamarnos.



*El aparato ortopédico se usará debajo de la ropa (solo por fines fotográficos)

Tu próxima cita es el: _____



Visita HangerClinic.com/Scoliosis para obtener más información.



VEA EL VIDEO DE INSTRUCCIONES