

Estimadas familias:

Muchos de nuestros alumnos/as utilizan órtesis tipo DAFO o similar, indicadas siempre que sea necesario un soporte externo para conseguir la correcta alineación del pie, el tobillo y la parte inferior de la pierna.

La falta de alineación o la disfuncionalidad de las articulaciones del miembro inferior afecta inevitablemente también a toda la cadena de la marcha.

Hay una serie de recomendaciones de uso y consejos comunes para todos los modelos que sería importante comentaros para evitar posibles problemas debido a su incorrecto mantenimiento o colocación.

También es frecuente que se recomienden férulas en las manos para corregir o evitar algunas deformidades en muñeca y dedos de la mano. Debemos tener las mismas precauciones a la hora de colocarlas y mantenerlas siempre en buen estado de limpieza, pues generalmente van directamente sobre la piel del niño/a, así evitaremos posibles lesiones o patologías dermatológicas.

La prescripción de uso y las pautas del tratamiento vendrán siempre determinadas por su médico Rehabilitador u Ortopédico, que es quien indica su utilización. No obstante, ante cualquier duda que tengamos o si nos parece que le incomoda o ya no le ajusta correctamente es preferible retirarla y ponerse en contacto cuanto antes con nuestro servicio o su médico.

Esperamos que estéis todos bien y que estas recomendaciones os sean de ayuda.

Servicio de Fisioterapia



## REHABILITACIÓN FUNCIONAL

### Manual de uso y mantenimiento de las férulas



#### CÓMO LAVARLA:

1. Retirar todas las cintas de velcro.
2. Lavar la férula con jabón neutro y un cepillito.
  - No utilizar lejía.
  - No utilizar el secador de pelo para secarla.
  - Secar bien la férula antes de volverla a colocar.
  - Lavar la férula con frecuencia.
3. Las cintas se pueden lavar a mano o en la lavadora.
  - No colocar nunca una cinta húmeda.
  - Cambiar las cintas si se pierden.
4. Alejar la férula de fuentes de calor intensa, ya que podría estropearse. Evitar dejarla encima del radiador, cerca del fuego, dentro de un coche, al sol, etc.
5. Si la férula se ha quedado pequeña, duele, o ya no cumple con su función, **PONERSE EN CONTACTO** con la persona que la hizo, ya que tal vez se pueda readaptar. ¡NO TIRARLA!




Antes de colocar el DAFO el niño debe llevar un calcetín que cubra la totalidad de la piel que va a abarcar la ortesis. También nos aseguraremos de que estén bien estirado y no se formen arrugas que podrían acabar dañando la piel del niño.

En ocasiones es difícil evitar la sudoración de la piel, sobre todo en épocas de calor, en estos casos se recomienda cambiar los calcetines con frecuencia.

En el momento de colocar la ortesis, es conveniente que el niño mantenga la rodilla flexionada para facilitar dicha colocación. se introducirá el pie abriendo la DAFO y nos aseguraremos de que el talón queda bien apoyado en la parte poster-inferior antes de fijar las almohadillas y los velcros. Si se dispone de ella se colocará la almohadilla protectora en el empeine y se fijará con el velcro correspondiente. Después colocaremos el resto de los velcros. Así nos aseguraremos de que el talón está bien posicionado.



 **CONSEJOS**

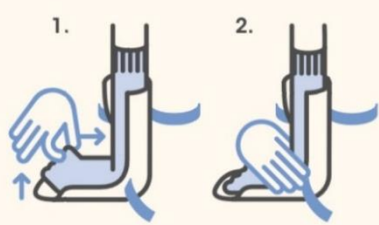
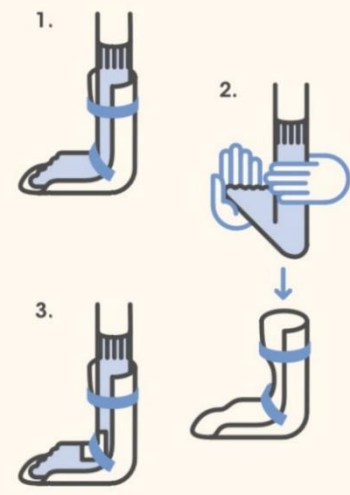
**LA COLOCACIÓN DE LAS FÉRULAS DE LOS PIES**

1. Utilizar calcetines largos siempre que sea posible. Mejor si son de algodón.
2. El tobillo tiene que estar más doblado que la férula para poder colocarla.
  - Estirarlo bien con las dos manos.
  - Doblar la rodilla puede ayudar.
  - Asegurarse de introducir bien el talón hasta el fondo.Una férula mal colocada solo creará puntos de presión.
3. Evitar poner la cinta en las zonas prominentes. Así, se distribuirá mejor la presión.

**PARA PONERSE MEJOR LOS ZAPATOS**

Cuando los dedos tienden a doblarse al ponerse los zapatos, se puede:

1. Estirar el calcetín hacia arriba y detrás. El calcetín mantendrá estirado el pie.
2. Sujetar el calcetín con una mano mientras introduces el zapato.



Sobre la férula irá siempre un zapato, recomendamos un calzado flexible, generalmente con velcros o cordones que permitan una gran apertura, y muy importante que sea ancho en la zona de los dedos. Normalmente serán necesarios uno o dos números más del pie que calce el niño/a.

Es fundamental sobre todo durante el periodo de adaptación observar posibles rojeces sobre la piel del niño. Se considerarán normales cuando desaparezcan en los siguientes 20 minutos a la retirada de las ortesis.

Las ortesis se pueden limpiar con una esponja o cepillo suave, jabón neutro y agua tibia. Nunca se deben secar con calor directo, siempre con una toalla o paño y secar al aire durante unas horas.

En cualquier caso, aunque todo vaya bien siempre es recomendable programar una revisión de las mismas entre los seis y los doce meses.