

## para la escoliosis o la cifosis

### ¿Por qué se usan los aparatos ortopédicos?

El propósito de los aparatos ortopédicos para la escoliosis o la cifosis es evitar que la curvatura de la columna vertebral empeore. Para lograrlo:

- Su hijo debe usar el aparato ortopédico durante las horas que el médico indique.
- El aparato ortopédico debe ponerse adecuadamente.
- Su hijo debe comenzar a usarlo poco a poco.
- Debe cuidarse la piel de su hijo.
- El aparato debe limpiarse diariamente.

### ¿Cómo se pone el aparato ortopédico?

El aparato ortopédico se debe usar sobre una camiseta de algodón sin costuras. **Puede usar los calzoncillos por debajo o por encima del aparato ortopédico.** Las niñas deben usar el aparato sobre el brasier (sostén). Las camisetas recomendadas son: Jockey® o Calvin Klein®, que se adquieren en tiendas, Brace mates® o Boston TLSO undershirt®, que se piden con una receta y con un formulario de pedido a través del ortesista o especialista en prótesis. Hay otras camisetas sin marca registrada disponibles en tiendas.

Se necesitan dos personas para colocar el aparato ortopédico: usted u otro adulto que asista y su hijo. La ayuda es necesaria para que el aparato ortopédico no se tuerza y para abrocharlo de manera correcta.

1. Posiciónese para colocar el aparato ortopédico:
  - a. Su hijo debe estar de pie.
  - b. Párese detrás de él, sosteniendo el aparato con la mano izquierda.
2. Extienda el brazo alrededor de su hijo y ponga el aparato frente a él. La abertura del aparato quedará frente a su hijo, de modo que el aparato completo esté delante de él.
3. Abra el aparato lo suficiente para que su hijo pueda entrar en él. Ahora el aparato ortopédico rodea al niño. Revise para asegurarse que:
  - a. El aparato ortopédico no esté torcido; debe estar recto.
  - b. La abertura del aparato ortopédico se encuentre en el lugar correcto; esto es en el centro de la espalda de su hijo, de modo que las protuberancias de la columna y la división de los glúteos queden alineadas.



4. Después de revisar el aparato ortopédico, pídale a su hijo que ponga las manos en las caderas del aparato y que doble ligeramente la cadera y las rodillas aproximadamente 45°. Esto debe hacerse para que el aparato ortopédico quede bien puesto.

5. Con las manos en las caderas del aparato ortopédico, pídale a su hijo que lo empuje hacia los pies. Su hijo sentirá las almohadillas en forma de salchicha en el interior del aparato en su lugar sobre el hueso de la cadera.
6. Su hijo debe estirar la tela extra de su ropa interior por la abertura del aparato. Esto elimina las arrugas de la camiseta que pueden causarle úlceras en la piel.
7. Aplique presión en el costado opuesto a la abertura con broches. Esto ajusta el aparato ortopédico para abrocharlo. Si el aparato no se puede abrochar de este modo, pídale a su hijo que se acueste sobre una superficie firme y aplique presión para poder abrocharlo.
8. Una vez que lo haya ajustado, abróchelo.
  - a. Al principio, el aparato sólo se abrocha hasta la primera línea de la correa.
  - b. Con el tiempo, a medida que su hijo se acostumbre al aparato, las correas se podrán ajustar más. Hable con el médico sobre qué tan apretado debe estar el aparato.



### Cuidado de la piel

Es muy importante evitar que se formen úlceras en la piel, que se enrojezca o abra. Esto se conoce como ruptura de la piel. La piel debajo del aparato debe acostumbrarse poco a poco a la presión que se ejerce. Algunas veces la piel sobre la cintura y las caderas se torna más oscura, lo cual es común y no es un problema. Cuando haya terminado el tratamiento con el aparato ortopédico, el color volverá a la normalidad. Siga estas pautas para el cuidado de la piel de su hijo:

- Su hijo se debe bañar a diario en la tina (bañera) o en la regadera (ducha).
- Aplique bolsas de té de manzanilla mojadas en las áreas de la piel que estén rosadas. Deje en la piel las bolsas de té durante 15 minutos y luego retírelas. Seque la piel con golpecitos suaves, **no la frote**. Las áreas rosadas muestran los lugares donde el aparato ejerce presión sobre la piel o donde roza.
- Revise constantemente la aparición de áreas rosadas, rojas o con grietas en la piel. Esto es muy importante cuando se utiliza el aparato por primera vez.
- Una vez que su hijo comience a usar el aparato, no le permita usar cremas, lociones ni talcos bajo este. Si la piel se reseca, pídale consejo a la enfermera de su hijo.

### ¿Qué se debe hacer si la piel se agrieta o se abre?

- Si existen grietas en la piel, llame al ortesista o especialista en prótesis de su hijo. Un ortesista es una persona especialmente capacitada en el uso de aparatos ortopédicos y en los ejercicios que permiten corregir las deformidades del esqueleto. Si el aparato no se ajusta adecuadamente, pueden aparecer lesiones en la piel a causa de la presión o del roce. El ortesista puede ayudarle a resolver por teléfono su problema.
- El aparato no debe usarse hasta que la piel sane. Esto puede demorar 2 o más días. Siga las instrucciones anteriores para el cuidado de la piel.

## ¿Cuánto tiempo debe mi hijo usar el aparato ortopédico?

### Día uno

- Su hijo usará el aparato durante 2 ó 3 horas a la vez.
- Quítele el aparato durante ½ hora. Después deberá usarlo otras 2 ó 3 horas más.
- Repita esto a lo largo del día. Su hijo no debe dormir con el aparato puesto.
- Podría ser incómodo para su hijo comer con el aparato ajustado. Si es necesario, lo puede aflojar un poco durante las comidas. Comer porciones más pequeñas y más a menudo también puede ayudarle a sentirse más cómodo al comer.

### Día dos

- Su hijo usará el aparato durante 4 ó 5 horas a la vez.
- Quítele el aparato durante ½ hora. Después deberá usarlo otras 4 ó 5 horas más.
- Repita esto a lo largo del día. Su hijo no debe dormir con el aparato puesto.

### Días tres y cuatro

- Su hijo debe llegar a usar el aparato 8 horas, con descansos de ½ hora.
- Cuando su hijo pueda usar el aparato durante 8 horas, intente que duerma con el aparato puesto durante la noche.

### Con el tiempo

- Una vez que su hijo pueda dormir toda la noche con el aparato puesto, lo deberá usar de 8 a 20 (veinte) horas. El médico de su hijo le indicará cuánto tiempo debe usarlo.
- Las 4 horas que no tenga el aparato puesto se usan para el cuidado de la piel, el lavado del aparato y los ejercicios sin el aparato.
- No es necesario quitarse el aparato 4 horas seguidas, sino un total de 4 horas de las 24 horas del día. Su hijo debe usar el aparato un total de 20 horas al día.

## Programa sugerido

### Antes de acostarse

1. Lave el aparato.
2. Mientras se seca: su hijo deberá bañarse en la tina en la regadera (ducha), hacer ejercicios y realizar los cuidados de la piel. Una vez que haya terminado, su hijo debe ponerse una camiseta limpia y el aparato para la noche.

### En la mañana

1. Su hijo deberá quitarse el aparato, realizar los cuidados de la piel y ponerse una camiseta limpia.
2. Su hijo deberá ponerse el aparato de nuevo.

### Después de la escuela

1. Su hijo deberá quitarse el aparato y realizar los cuidados de la piel.
2. Su hijo deberá ponerse una camiseta limpia y colocarse el aparato de nuevo.

## ¿Cómo se limpia el aparato ortopédico?

Limpie todos los días la coraza externa de plástico duro y el forro interno de plástico espumado suave.

Paso uno: limpie el forro (plástico espumado suave)

1. Use un trapo con agua jabonosa.
2. Enjuague con una toalla mojada.
3. Seque el forro con una toalla. El aparato también se puede secar al aire. El secado al aire demora entre 20 y 30 minutos. Si necesita secar rápidamente el aparato, use un secador de pelo en modo **frío (cool)**. Esto secará el forro en 5 ó 10 minutos.

Paso dos: limpie el plástico externo (coraza dura)

1. Use un trapo y agua con jabón para limpiar el forro del aparato.
2. Enjuague la coraza con una toalla mojada.
3. Seque la coraza con una toalla.

## Consejos generales para el cuidado del aparato ortopédico

- No lo deje en áreas donde pegue fuerte el sol ni cerca de un radiador caliente. El calor puede ablandar el plástico y deformarlo.
- Se puede usar alcohol en lugar de jabón para limpiar el aparato. Después de limpiarlo, enjuáguelo con agua. Usar alcohol evitará la acumulación de jabón.

## Recomendaciones especiales

- Los ejercicios especiales para el abdomen y la espalda ayudarán a mantener la fortaleza y el rango de movimientos de su hijo. Pregunte al médico de su hijo acerca de estos ejercicios.
- Pídale al médico instrucciones específicas sobre la natación y otras actividades que su hijo pueda llevar a cabo con o sin el aparato.

**ALERTA:** Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualquier consulta o inquietud o si su hijo tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.

**Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo o familiar. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.**