

CONSEJOS SOBRE SEDESTACIÓN Y POSICIONAMIENTO EN SILLA DE RUEDAS

Autores: Sara Raposo (Asesora Clínica de Rehagirona) y Medifab Ltd.



REHAGIRONA

C/ Isaac Rabin, 15 - Pol. Ind. Montfullà - 17162 Bescanó (Girona)
+34 972 40 53 55 / +34 902 48 72 72 / info@rehagirona.com
www.rehagirona.com

La pelvis es la clave para una postura correcta, ya que esta orienta la posición del tronco, de los miembros superiores e inferiores y de la cabeza del usuario en silla de ruedas.

Una buena postura se caracteriza por:

- Alineamiento simétrico de la pelvis.
- Columna recta en el plano coronal.
- Curvaturas fisiológicas en el plano sagital.
- Hombros ligeramente hacia atrás con relación a la pelvis.
- Miembros inferiores con ligera abducción.
- Miembros superiores relajados.
- Cabeza alineada con la pelvis.

La postura ideal no corresponde, en muchos casos, con la buena postura. **Nuestros pacientes son únicos y cada uno tiene su sedestación óptima.**

Las modificaciones de la postura se deben realizar de forma progresiva porque permiten que el paciente se adapte fisiológicamente a ellas, y que el fisioterapeuta y el ortoprotésico puedan gestionar el progreso correctamente.

Consulta todos los productos que ofrecemos del Sistema de posicionamiento Spex en nuestra web.

En el cuadro de abajo, os damos algunas directrices.

PROBLEMA CLÍNICO	SUGERENCIAS DE CORRECCIONES	SOLUCIÓN
Retroversión de la pelvis	• Reduce el ángulo del muslo a la pantorrilla. • Aumenta la hondonada pélvica, dando más inmersión en la zona posterior del cojín. • Proporciona más soporte pélvico posterior a través del respaldo, en la zona lumbar. • Crea una forma biangular en el respaldo para acomodar las asimetrías. • Comprueba la profundidad del cojín: puede ser demasiado profunda. • Coloca el cinturón pélvico sobre ASIS.	Cojín: • Spex Standard Contour. • Spex High Contour. • Spex SuperHigh Contour. Respaldo: • Spex. • Spex SuperShape.



PROBLEMA CLÍNICO	SUGERENCIAS DE CORRECCIONES	SOLUCIÓN
Anteversión de la pelvis / Lordosis	· Alineación neutra de la pelvis. · Proporciona una mayor carga de peso en las tuberosidades isquiáticas. · Configura cuidadosamente el ángulo posterior para reducir la tendencia a la lordosis lumbar. · Proporciona contornos en el respaldo para apoyar la espalda del usuario. · Utilizar una bandeja adaptada para ofrecer soporte anterior al tronco suele ser muy eficaz y funcional para el usuario.	Cojín: · Spex High Contour. · Spex SuperHigh Contour. Respaldo: · Spex SuperShape.
Isquiotibiales acortados	· El cojín deberá tener cortes frontales para facilitar la flexión de rodillas. · Crea una inmersión en la parte frontal del cojín / Crea una acumulación en la parte trasera para obtener una superficie inclinada del asiento. · Abre el ángulo del respaldo y asiento. · Regula el ángulo del muslo a la pantorrilla con la posición del reposapiés.	Cojín: · Spex Standard Contour. · Spex High Contour. · Spex SuperHigh Contour. · Spex Flex.
Flexión limitada de la cadera (un lado o ambos)	· Acomoda una limitación fija en la flexión de la cadera al añadir cuñas en el cojín, inclinado hacia adelante.	Cojín: · Spex Standard Contour. · Spex High Contour. · Spex SuperHigh Contour. · Spex Flex.
Deslizarse hacia adelante en el asiento	· Proporciona una mayor acumulación de plataforma pre isquiática. · Estabiliza la pelvis usando el cinturón pélvico con un ángulo apropiado.	Cojín: · Spex High Contour. · Spex SuperHigh Contour.
Empuje extensor	· Aumenta la flexión de cadera y rodilla. · Aumenta la hondonada pélvica. · Reduce el ángulo de asiento respaldo.	Cojín: · Spex Standard Contour. · Spex High Contour. · Spex SuperHigh Contour.



PROBLEMA CLÍNICO	SUGERENCIAS DE CORRECCIONES	SOLUCIÓN
Dismetría femoral	· Corte en el cojín a medida.	Cojín: · Spex a medida.
Rotación pélvica	· Añadir cuñas en el cojín dando soporte isquiático debajo de la pelvis afectada. · Crea un contorno en la superficie posterior para soportar la pelvis si está fija. · Maximiza el uso del cinturón de cadera para controlar la rotación anterior. · Verifica las dimensiones de la silla y los componentes. Una silla que es demasiado ancha, por ejemplo, puede facilitar la rotación pélvica. · Cojines con perfiles para la correcta alineación de las piernas. · Un soporte apropiado para la parte inferior de la espalda (preferible que este se pueda moldear). Ej: en caso de rotación pélvica no estructurada se debe empujar la pelvis que está posteriorizada.	Cojín: · Spex High Contour. · Spex SuperHigh Contour. · Spex Flex. Respaldo: · Spex SuperShape.
Piernas en ráfaga	· Soportes laterales de cadera. · Proporciona más soporte aductor/abductor en el cojín con contornos más altos/canales más profundos. · Dar soporte medial en los casos que lo necesiten.	Accesorios: · Taco multiajustable, controles de cadera con cojín (Spex Standard Contour, Vigour Standard Contour, Vigour High Contour o cojín a medida).
Aducción de cadera	· Soporte medial de la rodilla. · Contorno de piernas más profundos. · Forma de aducción personalizada en cojín.	Cojín: · Spex SuperHigh Contour. · Spex High Contour o Spex Standard Contour con taco abductor Spex.
Abducción de cadera	· Soportes laterales de caderas. · Canales de piernas más profundos.	Cojín: · Spex High Contour y Controles de cadera Spex o Spex SuperHigh Contour.



PROBLEMA CLÍNICO	SUGERENCIAS DE CORRECCIONES	SOLUCIÓN
Oblicuidad pélvica	• Asegúrate de tener un cojín con las dimensiones correctas, un posicionamiento adecuado de los reposabrazos, etc. • Asegúrate de tener una base de soporte nivelada para el cojín. • Si la oblicuidad es flexible, crea una acumulación debajo del lado que esta más emergido para corregir. • Si la oblicuidad es fija, compensa subiendo el lado que esta mas elevado y/o bajando el lado inferior para nivelar el área de contacto en todo el cojín. • Asegúrate de tener suficiente apoyo del tronco para el nivel de discapacidad y prescribe proactivamente.	Cojín: • Spex Standard Contour. • Spex High Contour. • Spex SuperHigh Contour. • Spex Flex. Respaldo: • Mantaray. • Comfi. • Spex. • Spex SuperShape.
Cadera con dolor o dislocada	• Utiliza materiales más blandos debajo y/o alrededor de la cadera. • Evita el contacto lateral con la cadera.	Cojín: • Spex Standard Contour. • Spex High Contour. • Spex SuperHigh Contour. • Spex Flex. • Vigour
Riesgo de presión en el cojín	• La mayoría de los usuarios de sillas de ruedas pasan muchas horas en sus sillas de ruedas. Pueden tener sensibilidad, pero a menudo no pueden cambiar de posición de manera independiente o efectiva. • Para un usuario que tiene deformidades pélvicas, a menudo la razón principal de sus preocupaciones de presión proviene de la mala colocación y carga de la pelvis en el cojín. Un cojín ajustable que permite cargar la pelvis adecuadamente les dará una mejor postura y alivio.	Cojín: • Spex Standard Contour. • Spex High Contour. • Spex SuperHigh Contour. • Con fabricación especial.



PROBLEMA CLÍNICO	SUGERENCIAS DE CORRECCIONES	SOLUCIÓN
Escoliosis con/sin rotación	• La utilización de un soporte lateral a través de almohadillas torácicas ayudará, pero se debe valorar si no es necesario alguna ortesis de tronco también. • Algunos usuarios encuentran que los arneses les dan más confianza y estabilidad del tronco cuando están fuera, especialmente en vehículos o en terrenos irregulares, pendientes y rampas. • La escoliosis se puede manejar en las etapas tempranas con dos controles laterales de tronco. • Si la escoliosis está más avanzada, puede ser necesario usar un contacto de 3 puntos con un soporte más bajo al nivel de la pelvis. • Pacientes con escoliosis en S o C, se deben colocar 3. En este tipo de casos se debe aplicar las tres fuerzas enderezadoras compensadas. Que consiste en aplicar presión en el ápex de la curva, o sea en la parte convexa de la columna y las otras dos se deberían colocar para contrarrestar la primera fuerza aplicada. Con esto evitamos que los grados de la escoliosis aumenten, ya que la mayoría del tiempo lo pasamos sentados. • Verifica las áreas de presión y agrega almohadillas/geles adicionales o aumenta la superficie, si es necesario, con almohadillas más anchas. • Los laterales abatibles ayudan significativamente con las transferencias y algunas actividades en la vida diaria.	Respaldo: • Mantaray. • Comfi con controles laterales. • Spex con controles laterales. • Spex SuperShape con controles laterales.



PROBLEMA CLÍNICO	SUGERENCIAS DE CORRECCIONES	SOLUCIÓN
<i>(continuación)</i> Escoliosis con/sin rotación	<i>(continuación)</i> · Es importante elegir el control lateral mas adecuado al paciente. Los controles de tronco axiales están pensados para usuarios con grandes deformidades en la columna, ya que estos se adaptan al cuerpo evitando zona de contacto agresivo. · El perfil del contorno del respaldo también es importante y debe ayudar con el mantenimiento de las curvas naturales de la columna vertebral.	<i>(continuación)</i> Respaldo: · Mantaray. · Comfi con controles laterales. · Spex con controles laterales. · Spex SuperShape con controles laterales.

DIAGRAMAS PARA COJINES Y RESPALDOS

En nuestra web puede descargarse:

- **Diagrama de posicionamiento de base para los cojines Spex**, que le servirá para configurar los cojines Spex Standard Contour, Spex High Contour y Spex SuperHigh Contour.
- **Diagrama para la configuración para los respaldos Spex**, que le servirá para configurar los respaldos Spex y Spex SuperShape.

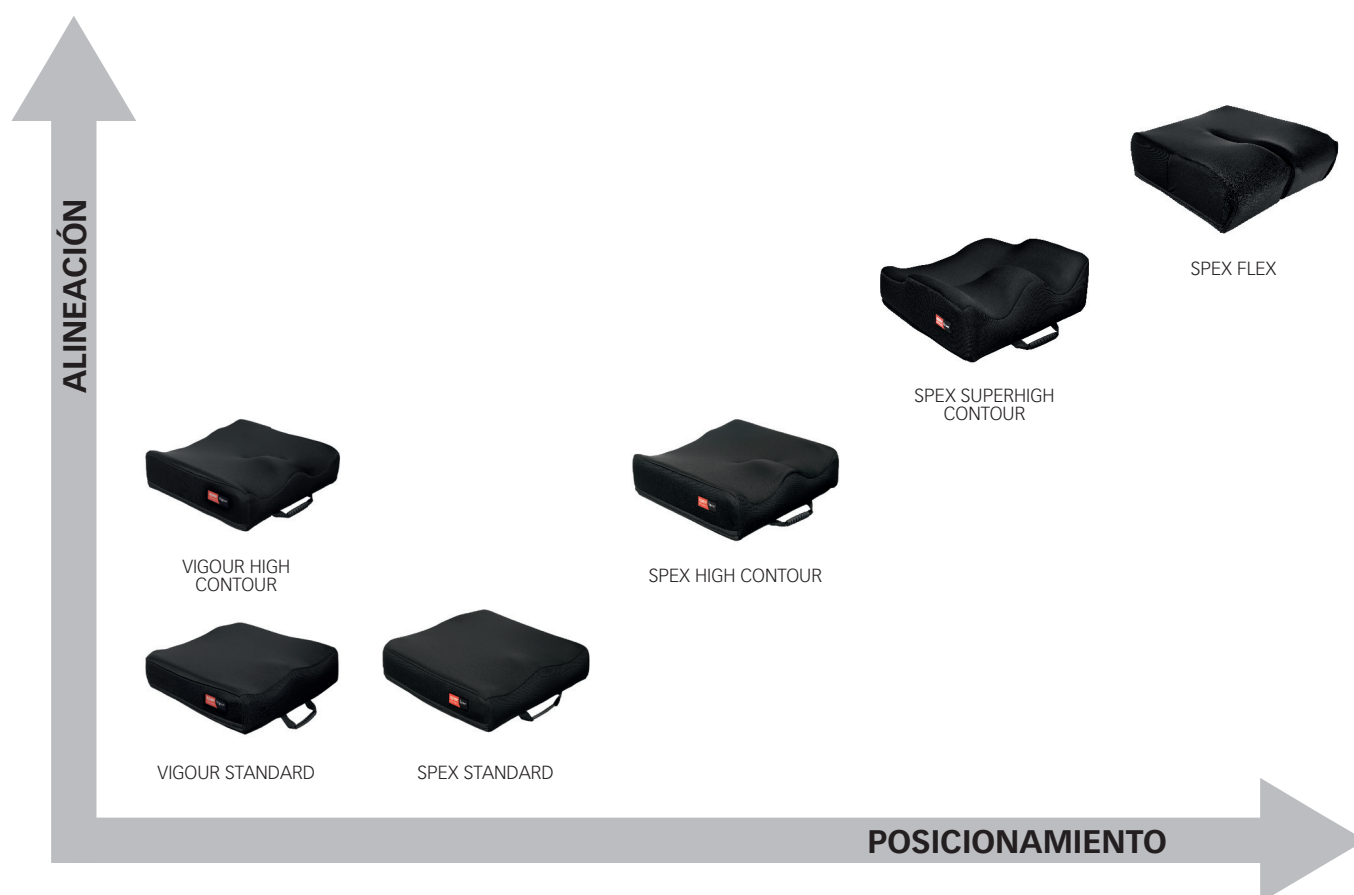
Después de una valoración, debemos apuntar la conjuración del cojín y/o respaldo para poder hacer un seguimiento clínico.

Los encontrará en la pestaña "Más información", en la página de cada producto.



GRÁFICA SELECCIÓN DE COJÍN

Consulte este cuadro para encontrar el cojín de nuestra gama que más se adapta a sus necesidades.



Artículo de Sara Raposo (Asesora Clínica de Rehagirona) y Medifab Ltd.

medifab



REHAGIRONA

C/ Isaac Rabin, 15 - Pol. Ind. Montfullà - 17162 Bescanó (Girona)
+34 972 40 53 55 / +34 902 48 72 72 / info@rehagirona.com
www.rehagirona.com