



GUIA PARA CUIDADOS DE INMOVILIZACION

Ésta es una guía con recomendaciones para el uso de tu inmovilización, sigue esta guía de acuerdo a indicación médica.

SE RECOMIENDA:

- Después de que tu inmovilización ha sido aplicada, asegurarse de elevar el miembro afectado por encima del corazón por las primeras 12 horas, esto ayudará a reducir la hinchazón
- Mover los dedos de manos o pies de tu miembro inmovilizado frecuentemente para prevenir rigidez e hinchazón
- No usar nada para rascar la piel por dentro de tu yeso o fibra de vidrio, esto puede causar heridas, con potencial de infectarse
- No introducir objetos dentro de tu yeso o fibra de vidrio (incluyendo algodón o papel higiénico), esto puede causar áreas de presión, excoriaciones o heridas con potencial de infectarse
- No remover el acolchonamiento que contiene la inmovilización, esto podría causar laceraciones severas o ampollas
- No acortar o aflojar su yeso o fibra de vidrio ya que el alineamiento que se utiliza es para el tratamiento de su fractura o lesión y esto podría desplazarla
- Si se le autoriza caminar con el yeso o fibra de vidrio requerirá un zapato especial para usarlo siempre que deba caminar incluso por cortos periodos de tiempo, si no lo hace el yeso o fibra de vidrio se ablandará y/o romperá
- Mantenga su yeso o fibra de vidrio completamente seca:
 - Al bañarse un cobertor de la extremidad sellado o dos bolsas de plástico selladas, con una pequeña toalla de mano. Ponga la toalla de mano debajo de la primera bolsa sobre la parte abierta de su yeso, utilice cinta para mantenerlo fijo y sellado, cubra nuevamente todo con la segunda bolsa y asegure nuevamente con cinta. Si algo de agua entra debajo de la bolsa superior, la toalla de mano absorberá el agua y prevendrá que el yeso o fibra de vidrio se moje.
 - No sumergir su yeso o fibra de vidrio en el agua aunque este cubierta
 - No intente limpiar su yeso o fibra de vidrio con nada que la pueda humedecer
 - Si necesita caminar en la lluvia proteja su fibra de vidrio o yeso con plástico o cobertor a prueba de agua y use sus muletas



DRA. ROCÍO PASACHE
Cirugía Ortopédica y Traumatología



NOTA: En caso de empapar el yeso o fibra de vidrio accidentalmente, contactarse con su médico ya que puede ser causa de maceración de la piel ocasionando heridas. Si es solamente un pequeño humedecimiento del yeso o fibra de vidrio, ya sea de sudor o de una poca cantidad de agua, puede ser secada completamente con una secadora de cabello en modo frío, esto podrá tomar 30 minutos.

FIBRA DE VIDRIO:

- Puedes mejorar los bordes de tu fibra de vidrio con una lima de uñas
- Si tu médico te autoriza caminar con tu inmovilización puedes poner peso sobre tu pierna afectada 30 minutos después de que la fibra de vidrio haya sido aplicada o de acuerdo a indicación médica. Estos casos son raros y siempre debe usarse un zapato especial para caminar sobre la fibra de vidrio

YESO:

- Si tu médico te autoriza caminar sobre tu yeso debes esperar 48 horas a que se seque por completo el yeso.
- Mientras se está secando tu yeso colócalo sobre una almohada o superficie suave por las primeras 48 horas. Superficies más duras pueden crear una superficie de presión sobre yeso húmedo.