

# Hablemos Acerca De...

## Espina bífida y fisioterapia

Es importante que ayude a su niño con espina bífida a que obtenga independencia y movilidad. El fisioterapeuta de su niño puede enseñarle ejercicios que mejoran la función. También puede mostrarle cómo usar la silla de ruedas, las férulas, las muletas y otros dispositivos. Sin embargo, también puede comenzar por enseñarle a su niño a obtener movilidad en el hogar.

### ¿Cómo puedo ayudar a mi niño a que obtenga más movilidad?

Anime a su niño a obtener movilidad enseñándole a:

- Rodar, arrastrarse (sobre su barriguita) o gatear apoyando las manos y las rodillas.
- Levantarse hasta quedar de pie y desplazarse usando los muebles como apoyo
- Caminar sin ayuda
- Caminar usando las férulas de tobillo
- Caminar con dispositivo de asistencia como muletas o un andador (por lo general, junto con las férulas)
- Usar una silla de ruedas manual que pueda empujar por sí solo para desplazarse por el hogar y la comunidad
- Usar una silla de ruedas motorizada en situaciones donde no puede usar una silla de ruedas manual



### ¿Cuáles son los distintos tipos de férulas?

Los tipos más comunes de férulas de piernas y pies (generalmente reciben el nombre por las articulaciones y el lugar del cuerpo donde se colocan) incluyen:

- **Órtesis de placa de pie (FO, por sus siglas en inglés).** Esta férula evita que el pie se vaya hacia adelante y que el arco del pie se aplane.
- **Órtesis supramaleolar (SMO, por sus siglas en inglés).** Esta férula se extiende por encima de los huesos del tobillo para ofrecer mayor apoyo al tobillo y a la vez evitar que el pie se aplane. Aun así permite el movimiento ascendente y descendente del tobillo.
- **Órtesis de pie y tobillo (AFO, por sus siglas en inglés).** Esta férula ofrece un máximo soporte al pie y al tobillo, y se extiende hasta la pantorrilla justo por debajo de la rodilla. La férula puede ser sólida en el tobillo, lo cual evita que el tobillo se mueva, o con bisagras en el tobillo, lo que permite un poco de movimiento. Un tipo de AFO, llamado **fuerza de reacción del suelo**, ayuda al niño a evitar agacharse al caminar.
- **Órtesis de rodilla-tobillo-pie (KAFO, por sus siglas en inglés).** Esta férula tiene abrazaderas para el muslo y soportes de metal articulados que se extienden desde la parte del tobillo y pie hasta las abrazaderas para dar soporte a la rodilla. Las articulaciones de la rodilla se bloquean o desbloquean lo que permite sentarse con la férula.
- **Órtesis de cadera-rodilla-tobillo-pie (HKAFO, por sus siglas en inglés).** La HKAFO, también llamada, férula de pierna entera, viene con una banda pélvica para dar soporte a las caderas y, a veces, una correa para el pecho si su niño necesita más soporte. Por lo demás, es idéntica a la KAFO. Un tipo de HKAFO, llamado **órtesis de marcha recíproca** (RGO, por sus siglas en inglés), también incluye soporte para el pecho. Las dos férulas funcionan juntas a través de una serie de cables. Esto permite una mejor marcha recíproca, pero requiere de una gran fuerza y motivación.

## ¿Cuáles son algunos de los dispositivos de asistencia para ayudar a mi niño a caminar?

Distintos dispositivos de asistencia pueden ofrecer la alineación correcta del cuerpo, ayudar con el equilibrio y reducir el esfuerzo al caminar. Su niño puede usar los siguientes dispositivos de asistencia para obtener soporte al caminar:

- **Andadores.** Los andadores posteriores, que le permiten a su niño mantenerse de pie dentro de la base de soporte mientras jala el andador al caminar, son los andadores más populares para los niños con espina bífida. Por lo general, los niños prefieren este andador porque brinda más soporte y pueden mantenerse de pie más erguidos. Los andadores posteriores a menudo se usan con férulas para los pies, y muchos niños pasan de los andadores posteriores a las muletas de antebrazo.
- **Muletas de antebrazo.** Estas muletas tienen una abrazadera que se ajusta alrededor del antebrazo, y un soporte de pieza manual que su niño puede presionar al caminar. Brindan equilibrio y pueden usarse para subir y bajar las escaleras. Las muletas de antebrazo, por lo general, también se usan con férulas de pie. Su niño puede comenzar con dos muletas y progresar hasta llegar a usar una muleta.

## ¿Y las sillas de ruedas?

Una silla de ruedas es un equipo increíblemente útil y versátil. Los niños con espina bífida normalmente usan tanto la silla de ruedas manual como la silla de ruedas motorizada, aun si caminan por su cuenta o usan férulas, andadores o muletas.

La decisión de obtener una silla de ruedas puede ser emocional para su niño y la familia. No obstante, tener una silla de ruedas no significa que su niño debe dejar de caminar. La silla de ruedas puede ayudar a su niño a:

- Estar a la par con los otros niños que pueden caminar
- Participar en deportes y ejercicios que pueden no ser posibles con el uso de muletas o andadores
- Recorrer distancias más largas o acceder a lugares a los que sería difícil llegar caminando

Una silla de ruedas es una forma alternativa de movilidad. Al igual que sucede con la marcha, debería considerar la salud, las capacidades y la independencia de su niño al decidir si una silla de ruedas es adecuada o no para él.



### Preguntas para el médico de mi hijo

---

---

---

---

---

---

---

---

---

*Spina Bifida and Physical Therapy*

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.