

# Silla de ruedas y accesorios: capacitación y pautas de seguridad

## Para su seguridad

Respete las siguientes pautas de seguridad para ayudar a reducir los posibles riesgos. Consulte el sitio web del fabricante si le gustaría obtener más información sobre su equipo.

- Use un cinturón de seguridad, según sea necesario, para mantener la posición correcta en la silla.
- Mantenga su peso centrado en la silla al estirarse para alcanzar objetos, ya que moverse hacia adelante o hacia atrás podría hacer que la silla en la que está sentado vuelque o ruede.
- Mantenga los antivuelcos hacia abajo a menos que tenga que subir cordones.
- **NO** utilice la silla de ruedas para hacer acrobacias.
- **NO** utilice la silla de ruedas en una escalera mecánica.
- **NO** utilice la silla de ruedas para sentarse en un vehículo.
- Use los bloqueos de ruedas para estabilizar la silla durante los traslados.
- Los bloqueos de ruedas no son frenos, no intente detener una silla de ruedas en movimiento con ellos.
- Mantenga las manos y los dedos alejados de las partes móviles de la silla de ruedas.

## Cómo usar su silla de ruedas

### Desplegar la silla de ruedas

- 1 Incline la silla de ruedas hacia usted levantando la rueda y la ruedita opuestas del piso.
- 2 Coloque su mano en la parte superior de la baranda del asiento más cercana a usted, donde está adherido el tapizado del asiento.
- 3 Coloque sus dedos y el dedo pulgar apuntando hacia el interior de la silla de ruedas.
- 4 Haga presión en la parte superior de la baranda del asiento hasta que la silla de ruedas se abra por completo.
- 5 Encaje los bloqueos de rueda y abra el reposapiés o reposapiernas.

### Plegar la silla de ruedas

- 1 Mueva el reposapiernas hacia adelante, en posición de bloqueo.
- 2 Empuje el reposapiés para que quede en posición vertical.
- 3 Párese o siéntese frente a 1 lado de la silla de ruedas.
- 4 Tome el centro del asiento en el borde delantero y posterior, y levante para cerrar el marco con bisagra.



### Pasar desde y hacia la silla

- 1 Retire o mueva cualquier reposabrazos, reposapiés o reposapiernas que pueda ser un obstáculo, si es posible.
- 2 Coloque la silla de ruedas lo más cerca posible del asiento al cual se está pasando.
- 3 **BLOQUEE las ruedas.**
- 4 Mueva el peso corporal al asiento.

Solo intente pasarse usted mismo si tiene buena movilidad y fuerza en la parte superior del cuerpo. Practique con un cuidador antes de realizar cualquier movimiento solo. Use una tabla para pasarse o un cuidador si es necesario.

## Para los cuidadores, cuando usted empuja una silla de ruedas

### Subir un cordón hacia adelante

- 1 Ponga los antivuelcos hacia arriba.
- 2 Incline la silla hacia atrás hasta el punto de equilibrio y, luego, hágala rodar hacia adelante hasta que las rueditas delanteras atraviesen el cordón.
- 3 Ponga las rueditas hacia abajo y empuje la silla hacia adelante para que las ruedas traseras rueden y atraviesen el cordón.
- 4 Ponga los antivuelcos hacia abajo.

### Subir un cordón hacia atrás

- 1 Ponga los antivuelcos hacia arriba.
- 2 Párese sobre la acera con las ruedas traseras contra el cordón.
- 3 Vuelva a poner los antivuelcos hacia abajo.
- 4 Levante la silla y atravesese el cordón.

Es posible que se necesite más de un cuidador para atravesar un cordón hacia atrás.

## Cuidado del equipo

### Limpié su silla de ruedas y los accesorios

- Limpie las partes de metal y el tapizado de vinilo una vez por semana o más a menudo si se ensucia. Use un paño suave y un limpiador suave
- Utilice un limpiador de tapizado disponible comercialmente para limpiar el tapizado con un paño una vez por mes o cuando se ensucie.

### Observe si hay señales de desgaste

- Revise las llantas y las ruedas.
- Revise si hay aros sueltos y roturas.
- Revise si los rayos están en la posición correcta y bien conectados a la rueda.
- Observe si las ruedas se tambalean.

### ¿Cuándo debo llamar a mi proveedor?

Llame a su proveedor de atención médica si:

- Sus necesidades cambian y desea intercambiar o reemplazar el tipo de silla de ruedas o los accesorios que está usando
- Usted o sus cuidadores necesitan más capacitación para pasarse a su silla de ruedas o desplazarse mejor

### ¿Cuándo debo llamar a Intermountain Homecare & Hospice?

Llame a Intermountain Homecare & Hospice al 1-800-527-1118:

- Si observa señales de desgaste
- Si tiene problemas con la silla de ruedas o los accesorios
- Cuando esté listo para devolver la silla de ruedas

Content created and approved by Intermountain Homecare & Hospice

Wheelchair and Accessories: Training and safety guidelines

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 ofrecen servicios de interpretación gratuitos. Hable con un empleado para solicitarlo.