



Ortesis de plástico para el tobillo

Cuidado e instrucciones

1. Calcule el tiempo de uso de su nueva ortesis. Al principio úsela por poco tiempo (aproximadamente una hora) y luego quítela. Quítese el calcetín y revise si hay enrojecimiento de la piel aunque no sienta irritación. Póngase nuevamente la ortesis y úsela por más tiempo (aproximadamente dos horas), asegurándose de revisar su piel cada vez que se quite la ortesis.
2. El zapato es una parte muy importante de la ortesis. Es preferible usar zapatos de amarrar o con cintas de velcro. El zapato debe estar amarrado para que le facilite quitarse y ponerse la ortesis ya para mantener su pie en una posición fija. Si el zapato le queda muy grande la ortesis no le dará buenos resultados. Recuerde que la ortesis se hizo con un molde de su pierna. Si cambia de zapatos use el mismo tamaño de tacón porque un tacón más alto lo empujará hacia delante y uno más bajo lo empujará hacia atrás.
3. Tenga mucho cuidado cuando comience a usar la ortesis. Use un andador, bastón u otra persona que le ayude pues la ortesis le sostiene la pierna y el pie de una manera diferente lo cual se espera que cambie su manera de caminar.
4. Si siente dolor o nota enrojecimiento persistente de su piel:
 - a. Asegúrese que los cordones de sus zapatos están bien amarrados y los zapatos son apropiados. Muy importante: no deje que se le formen callos.
 - b. Llame a su ortesista inmediatamente para un ajuste. Recuerde que los ajustes y recomendaciones sobre el uso de su ortesis son gratis.
5. Siempre use calcetines o medias que le cubran completamente la ortesis. Esto le proporcionará una capa de aire entre la pierna y el plástico para la protección de su pierna.
6. Limpie la ortesis con un trapo húmedo y séquela bien antes de ponérsela.