

## **AFO (Ortosis de Tobillo y Pie) - Plástico**

### **Descripción General:**

Una ortosis de tobillo y pie (**AFO** por sus siglas en inglés) es un equipo médico diseñado para proveer soporte a las estructuras antes mencionadas. Se extiende desde un poco más abajo de la rodilla hasta el pie. Este equipo se utiliza en pacientes que presentan inestabilidad en las extremidades inferiores. Su propósito es asistir o controlar movimiento en el área del tobillo y el pie, manteniendo un alineamiento apropiado. Un AFO de plástico es fabricado a la medida de la pierna del paciente y cubre la parte posterior de la pierna y la planta del pie. Puede ser fabricado con o sin movimiento en la articulación del tobillo. Se utiliza generalmente en conjunto de un zapato de cordones o agujetas.

Un AFO de plástico generalmente se usa en pacientes que sufren de una condición neurológica y/o ortopédica. Ejemplos de condiciones neurológicas lo son Accidentes Cerebro Vasculares (**CVA** por sus siglas en inglés), esclerosis múltiple y parálisis cerebral. En estos casos la función del AFO es mantener el alineamiento apropiado de las articulaciones afectadas para compensar por la debilidad y el desequilibrio muscular.

Ejemplos de condiciones ortopédicas lo son fracturas, lesiones severas a tendones y artritis. Pacientes que presentan dolor en el área del tobillo y el pie debido a trauma o alguna otra razón podrían beneficiarse de un AFO. Este inmoviliza el área, permitiendo que sane, y reduciendo el dolor relacionado al movimiento.

### **Uso:**

1. Coloque una media o calcetín de algodón en la pierna. (ver figura 1)
2. Afloje las correas de velcro que se encuentran a los lados del AFO.
3. Deslice el AFO en la pierna, asegurándose que el talón está completamente dentro del equipo. (Ver figura 2) Es importante que el talón y la planta del pie estén en contacto con el AFO. Puede verificar si el AFO está bien posicionado si observa a los lados y debajo del AFO. (Ver figura 3)

\*\*\*Importante: Si el AFO es para un niño/a, primero separe el plástico que va alrededor del pie. (Ver figura 4) Luego, acerque el pie hacia el AFO. Para asegurar que el talón se encuentra totalmente dentro del AFO, doble la rodilla y empuje el pie hacia atrás y hacia abajo, ejerciendo presión gentilmente sobre la parte superior del pie.



Figure 1



Figure 2



Figure 3



Figure 4

4. Hale y aplique tensión a las correas de velcro hasta que quede ajustado. (Ver figura 5)  
Se puede dibujar una marca en las correas de velcro para recordar el punto donde fue ajustado y mantener la tensión constante.
5. Coloque el pie con el AFO dentro de un zapato. Abrir los cordones o agujetas del zapato puede ser necesario para que el AFO entre fácilmente. (Ver figura 6)
6. De ser necesario, remueva la plantilla del zapato para acomodar el AFO. (Ver Figura 7)



Figure 5



Figure 6



Figure 7



Figure 8

**7. Desarrolle tolerancia al AFO poco a poco.** Comience utilizando el equipo por no más de media hora. Debe de examinar la piel y verificar que no hay áreas que permanezcan rojas y/o irritadas por mas de 15 minutos. Enrojecimiento en la parte dorsal del pie (área donde se encuentra la correa de velcro) y debajo de la bola del pie es muy común. Una vez pueda tolerar el AFO por media hora deberá aumentar el tiempo de uso, añadiendo periodos de 15 a 20 minutos. La tensión de las correas de velcro para corregir la posición del pie será aumentada únicamente si es tolerada por la piel de paciente.

#### **Cuidado y mantenimiento:**

La mejor manera de limpiar un AFO es rociar un poco de alcohol en el interior del equipo y frotar con una toalla o paño seco. También puede utilizar una toalla húmeda y jabón antibacterial. De esta manera se podrán remover los aceites y residuos de cuerpo. Si utiliza un calcetín o media de algodón especial, lave con agua fría y seque al aire libre.

No sumerja el AFO en agua, si lo hace podría dañar las correas de velcro. Evite exponer el AFO a altas temperaturas para prevenir daño excesivo al equipo.

**Estrategias para solucionar problemas:**

Si esta utilizando el equipo con un niño/a es bien importante que el talón se encuentre completamente posicionado dentro del AFO. Utilizar zapatos de tacón alto podría afectar la función y estabilidad del AFO. Si tiene algún problema **consulte a su ortotista.**