

## Instrucciones de uso y cuidado de una AFO personalizada

**Custom AFO**



Utilice la cámara de su teléfono para escanear este código QR y siga las instrucciones del vídeo.

### Cómo ponerse la ortesis

► Siga el vídeo para mejores resultados

1. Esta ortesis se coloca dentro del zapato. El zapato debe tener una plantilla extraíble. El zapato debe cubrir bien el talón y tener la puntera cerrada. Es posible que desee probar un zapato que sea entre media talla y una talla más grande que la que suele usar.
  - Marcas de zapatos que recomendamos: *Orthofeet, Propet, Dr. Comfort, Billy Footwear, Apis*
2. Utilice calcetines altos para evitar que la ortesis entre en contacto directo con la piel.
3. Para ponerse la ortesis, abra las correas y introduzca el pie en ella. Asegúrese de que el talón quede completamente apoyado contra la parte posterior y, a continuación, fije las correas. Deben quedar ajustadas, pero sin apretar demasiado.
4. Retire la plantilla del zapato para dejar espacio para la ortesis y póngasela como lo haría normalmente.

**CONSEJO ÚTIL** - Revise su piel todos los días. Si su piel permanece enrojecida durante más de 15 minutos después de quitarse el aparato ortopédico, podría significar que hay demasiada presión en un punto. Deje de usar el aparato ortopédico, tome una foto del punto enrojecido y comuníquese con nuestra oficina de inmediato.

### Instrucciones de limpieza

Si el aparato se ensucia, puede limpiarlo con jabón y agua tibia. El aparato debe estar completamente seco antes de volver a colocarlo. Si el aparato se mancha con fluidos corporales, también puede utilizar alcohol isopropílico para desinfectarlo.

### Calendario de adaptación

En general, recomendamos un período de adaptación gradual. De esta manera, si surge algún problema, podremos abordarlo de inmediato. Esta ortesis cambiará su forma de caminar y, en ocasiones, su cuerpo necesitará tiempo para adaptarse. El primer día, solo debe usar la ortesis durante 1 hora. Luego, añada 1 hora cada día hasta que la use todo el tiempo. Un programa de adaptación típico podría ser el siguiente:

| Día 1  | Día 2   | Día 3   | Día 4   | Día 5   | Día 6   | Día 7                 |
|--------|---------|---------|---------|---------|---------|-----------------------|
| 1 hora | 2 horas | 3 horas | 4 horas | 5 horas | 6 horas | Uso a tiempo completo |