

## PAUTAS FISIOTERAPIA

- Baixar a N. da cadeira de rodas ó chan:
  - Estimulala para que se mova, que voltee, etc.
  - En decúbito supino, facer mobilizacións de todas as articulacións (flexión/extensión cadeiras e xeonllos, apertura/peche das mans, etc). Aproveitar para estirar a musculatura acurtada (psoas, isquiotibiais, etc).
  - Cambios posturais. En xeral, tender á simetría:
    - Decúbito supino. Colocar unha almofada entre os membros inferiores para unha correcta aliñación das cadeiras.
    - Decúbito prono. Procurar que teña os membros inferiores ó longo do corpo ben aliñados.
- Na cadeira de rodas, vixiar que teña unha posición correcta co cinturón pélvico ben axustado. Utilizar as férulas antiequino e a da man.
- Procurar que colabore nas transferencias dende a cadeira de rodas á cama. Se é posíbel, sentada no bordo da cama cos pés apoiados e cun adulto diante, que manteña sedestación.

A fisioterapeuta

María Orozco