

División de Cirugía Ortopédica
Yeso en espiga (cuerpo)

Los yesos en espiga (cuerpo) se usan para mantener el fémur (hueso del muslo) y la pelvis en su posición para permitir la curación. Se colocan luego del tratamiento de un fémur fracturado, después de una cirugía de cadera o pelvis, o de una cirugía de los tendones que rodean la cadera. Un yeso en espiga cubre al niño desde las axilas, rodea el pecho, y baja hasta el tobillo de una o de las dos piernas. Si el yeso llega hasta un solo tobillo, la otra pierna queda enyesada hasta justo arriba de la rodilla. Se deja una abertura en la zona del pañal. La capa interior está hecha de Gore-Tex para minimizar el riesgo de que se humedezca el interior del yeso. Las capas exteriores están hechas de algodón y fibra de vidrio o yeso.

Los yesos en espiga se colocan casi siempre con el niño sedado o anestesiado. El tiempo de uso del yeso lo determinan su médico, la afección que se está tratando y el proceso de curación de su hijo. No es común que cambiemos el yeso, porque deseamos minimizar la exposición de su hijo a la anestesia. Si su cirujano recomienda un cambio de yeso, este procedimiento se realiza en el quirófano y será necesario usar sedantes o anestesia. En general, es MUY importante cuidar adecuadamente el yeso en espiga de su hijo.

Los siguientes son algunos consejos que facilitan el cuidado de su hijo.



Cuidado del yeso

- Manténgalo limpio y seco. Si el yeso se moja, puede dañar la piel de su hijo. No trate de secar el yeso con elementos calientes (por ejemplo, un secador de cabello) porque puede causar quemaduras.
- No coloque nada debajo ni dentro del yeso. Hacerlo puede causar una llaga o una infección. Proteja el yeso de juguetes pequeños, suciedad o pedazos de comida cubriéndolo con una toalla o un babero grande. Si algo entra en el yeso y logra verlo, intente quitarlo con la mano. Si no puede ver el objeto o no puede alcanzarlo, llame al médico.
- Si su hijo se queja de picazón, use un secador de cabello en “frío” (*cool*) para soplar aire por debajo del yeso o intente aliviarlo rascándole otra parte del cuerpo.
- El yeso tiene un revestimiento de Gore-Tex que ayuda a proteger e “impermeabilizar” el interior, especialmente la zona alrededor de las ingles (entrepierna). Hay maneras especiales de colocar un “pañal doble” para ayudar a proteger de accidentes. La enfermera puede mostrarle cómo hacerlo.

- No permita que el niño jale del acolchado quitándolo del yeso. Ese acolchado protege la piel de la fricción y de la aparición de llagas.
- Si usted ve que los bordes del yeso se ponen ásperos o filosos, o si la cinta o los pétalos de molesquín comienzan a enrollarse o se ensucian, comuníquese con la enfermera ortopedista o el técnico en yesos para que ajusten el yeso.

Cuidado de la piel

- No aplique lociones, aceites ni polvos en la piel debajo del yeso.
- Revise la piel todos los días para detectar zonas con llagas. Use una linterna para mirar por debajo del yeso. Si a su hijo le hicieron una cirugía de cadera, asegúrese de revisar la incisión en la zona de la ingle.
- Si descubre un salpullido, limpie la piel con un jabón suave y un paño húmedo, y deje secar al aire. Llame al enfermero ortopedista si cree que está empeorando o si ve sangrado.
- Cambie a su hijo de posición por lo menos cada 2 horas. Permanecer recostado en una sola posición usando un yeso pesado puede causar llagas en la piel.
- Un sillón tipo fiaca o *puff* ayuda muchísimo (¡y es divertido!) para estar cómodo y cambiar de posición.
- También puede usar almohadas y mantas enrolladas para colocar apoyos. Ponga una almohada o manta enrollada debajo de la parte inferior de la pierna (NO debajo del talón) para mantener los talones alejados del suelo.
- Es recomendable poner a su hijo barriga abajo durante el día para darle un descanso al trasero. Si el niño se siente incómodo barriga abajo, pruebe acomodándolo en el sillón fiaca o con algunas mantas enrolladas o almohadas colocadas a lo largo debajo del pecho y del abdomen para separar levemente al niño del suelo.



Dieta

- Es posible que su hija desee hacer comidas pequeñas y frecuentes, en vez de tres comidas diarias.
- Para prevenir el estreñimiento, es necesario que su hija beba muchos líquidos y coma alimentos con mucho contenido de fibra. Algunos alimentos ricos en fibras son las manzanas, las peras, la

avena, los cereales ricos en fibras y los frijoles. Si está preocupado por el estreñimiento, hable con su proveedor ortopedista o su proveedor de atención médica primaria.

- Tenga cuidado con los trozos pequeños de comida: su hija se podría ahogar porque no se puede sentar derecha con el yeso puesto. Puede ayudar acomodar a la niña derecha sobre un sillón fiaca para comer.

Uso del baño

- Aunque queramos mantener el yeso lo más limpio posible, los accidentes simplemente ocurren. Si ocurre un accidente, lave muy bien la piel y airee la zona del pañal el mayor tiempo posible. Si el yeso se mojó en el interior, use toallitas o un paño húmedo para tratar de limpiar las zonas que se ensuciaron. La mayoría de los yesos se ensucian con orina o heces en algún momento durante el tratamiento con el yeso.
- Si su hijo estaba en el inicio del aprendizaje de ir al baño solo, puede ser difícil volver al uso de pañales mientras tiene puesto el yeso. Tenga en cuenta que cuando se quite el yeso, su hijo tendrá que comenzar de nuevo a aprender a ir al baño.

Si su hijo usa pañales:

- Lo mejor es usar el método conocido como “pañal doble”. Primero use un pañal de tamaño más pequeño que el habitual y quítele las pestañas (pueden raspar la piel). Luego fije el pañal por debajo de los bordes del yeso. El pañal tiene que cubrir la totalidad de la cola del niño. Esto mantiene la orina y las heces dentro del pañal y evita que el yeso se moje y se ensucie. Luego ponga un pañal más grande en la parte exterior sobre el yeso. Esto ayuda a mantener el pañal más pequeño en su lugar. Asegúrese de que la banda elástica del pañal más grande junto a la zona de la ingle no quede sobre el yeso: tiene que quedar sobre el pañal más pequeño. Según la talla de su hijo, es posible que necesite usar un pañal para adultos.
- Revise el pañal con frecuencia y cámbielo por lo menos una vez durante la noche para evitar que el yeso se ensucie.



Paso 1: Desprenda las tiras de velcro y acomode el pañal más pequeño bien abajo todo a lo largo del yeso para cubrir todas las zonas.



Paso 2: Use el pañal más grande para cubrir el pequeño sobre la parte exterior del yeso. Asegúrese de que el elástico de la ingle no apoye sobre el yeso.

Si su hijo va al baño solo:

- Según la posición del yeso, es posible que su hijo pueda sentarse en el retrete. Si no es así, está bien volver a usar pañales o tratar de usar un orinal.
- Los niños pueden usar el orinal del hospital.
- Las niñas pueden probar usando un vaso de papel con un agujero pequeño en el fondo para ayudar a dirigir la orina hacia dentro del retrete.
- Puede ayudar usar un envoltorio de plástico para proteger el yeso cuando los niños que ya van al baño solos están usando el retrete.

¿Y si el yeso se moja?

- Es normal que haya accidentes.
- Si el yeso se empapa, tardará MUCHÍSIMO tiempo en secarse. Usted puede ayudar a acelerar este proceso usando el secador de cabello en el modo FRÍO (COOL) o sacando a la niña a tomar sol. El propio calor corporal de su hija también ayudará a secar el yeso.
- Vaya cambiando de posición a su hija para que las distintas zonas tengan oportunidad de secarse. La parte de atrás del yeso es la que se moja con más frecuencia.
- Si le preocupa mucho el yeso o si nota que los bordes se están ablandando debido a la humedad, llame al proveedor ortopedista.

Baño y lavado del cabello

- Su hijo tendrá que tomar baños de esponja. Asegúrese de que la piel quede totalmente seca después del lavado. Puede usar el secador de cabello en frío para ayudar a secar la piel y airear zonas del yeso.
- Si el olor se convierte en un problema: puede echar una cantidad pequeña de desodorante corporal en polvo o rociar una cantidad pequeña de desodorante para axilas sobre el yeso. NO rocíe el yeso con productos de limpieza domésticos ni desodorantes de ambientes tipo Lysol.
- Suele ser práctico usar el fregadero para lavar el cabello de su hijo. Si tiene espacio suficiente sobre la cubierta, puede recostar al niño sobre la cubierta y reclinar la cabeza arriba del fregadero. Asegúrese de cubrir el yeso con una toalla y escurrir el cabello antes de sentar al niño porque, si no, el agua correrá por la parte de atrás del yeso.

Vestimenta

- La ropa debe ser suelta y cómoda. Es posible que sea suficiente con ropa liviana. Suele bastar con una camisa suelta y calcetines.
- Las camisas tienen que ser uno o dos talles más grandes de lo normal para que entren arriba del yeso.
- La mayoría de los niños que usan yesos en espiga no usan pantalones largos ni cortos.
- Si desea usarlos, pantalones cortos o de sudadera de tamaño grande pueden entrar bien sobre el yeso.
- Puede pegarles o coserles velcro para permitir que los niños mayores usen su ropa y ropa interior.
- Es posible que su hijo sienta más calor de lo habitual, así que por favor evite las mantas pesadas. El sudor puede irritar la piel.

Seguridad/viajes/actividad

- Un niño con un yeso en espiga nunca debe quedar solo. Puede tener dificultad para darse vuelta o moverse por el yeso; entonces es necesario que alguien lo vigile todo el tiempo.
- Revise todos los días los dedos de los pies del niño. Deben estar tibios y rosados. Al presionar la uña del dedo del pie, se pondrá blanca. Cuando la suelte, debe volver a ponerse rosada en 2 a 3 segundos. Si demora más, es posible que el yeso de su hijo esté demasiado apretado y usted debe elevar esa pierna durante 15 minutos. Su hijo debe poder mover los dedos de los pies.
- Su hijo DEBE usar un cinturón de seguridad cuando esté en un cochecito, una silla de ruedas o en un automóvil. Si su hijo necesita una silla de ruedas, la enfermera clínica ortopedista solicitará una por usted.
- No permita que el niño camine mientras tenga el yeso en espiga. Esto puede afectar el proceso de curación.
- Algunos niños no pueden acomodarse de una manera segura en el asiento del automóvil mientras usan un yeso en espiga. Hable con la enfermera ortopedista para analizar opciones que incluyen la compra de un asiento más ancho para el automóvil con lados más bajos. También existe la posibilidad de rentar un asiento para automóvil en el Departamento de Servicios de Traumatología.
- Si su hijo se queja de dolor, dele el medicamento para el dolor siguiendo las indicaciones del médico. Es posible que sea necesario por una a dos semanas.
- Su hijo no tiene permitido pararse en la pierna herida, pero es posible que los niños más grandes puedan pararse en la otra pierna para ayudar a salir de la cama o a pasarse a una silla. Un fisioterapeuta puede mostrarle cómo hacerlo.
- Hacia el final del período de uso del yeso, algunos niños suelen terminar gateando, rondando o correteando a donde quiera que deseen ir.
- Luego de que se quita el yeso, a los niños les suele llevar un tiempo volver a sus actividades normales. El proveedor de atención médica le dará instrucciones sobre cuándo será seguro volver a caminar, correr y saltar. Los niños que ya caminaban antes de la colocación del yeso, probablemente cojeen luego de la retirada del yeso hasta que recuperen la fuerza.

Sugerencias divertidas:

- Lleve a su hija afuera. Puede usar un carro con lados acolchados, un triciclo para niños pequeños de los que tienen una manija para empujar o un cochecito reclinable para niños más pequeños. Los mayores pueden necesitar una silla de ruedas con respaldo reclinable.
- Invite de visita a amigos y familiares.
- Léale su libro favorito.
- Hagan artesanías y arte. Decoren el yeso con marcadores Sharpie (sin brillantina ni pegamento).
- Se consiguen mesas a medida para yesos en espiga en Etsy o comunicándose con ciertos grupos de padres. De todos modos, no todas las niñas soportan la posición.
- Entreténganse con juegos de mesa, rompecabezas, juegos de video o de computadora.



Regreso a la escuela/guardería:

- Generalmente su hijo no podrá ir a la escuela ni a la guardería con el yeso en espiga debido a la gran cantidad de cuidados que se necesitan durante el tratamiento con el yeso. Después de quitar el yeso, es posible que pasen entre unas semanas y algunos meses antes de que su hijo regrese a las “actividades normales”. Hable con el proveedor de atención en ortopedia para decidir el momento seguro para la vuelta a la escuela o la guardería.
- Consulte a su empleador o la oficina de atención a la discapacidad de su estado para averiguar si usted califica para recibir el beneficio de la Ley de Permiso Médico y Familiar (Family and Medical Leave Act, FMLA) o Permiso Familiar Pagado (Paid Family Leave, PFL). Si califica, nuestra oficina puede ayudarla a completar los documentos necesarios.

Cuándo llamar al médico

- Su hija siente mucho dolor y los analgésicos no la calman
- Ve un cambio en el yeso: rajaduras, ablandamiento y/o líquido que sale del interior.
- El yeso huele mal
- Los dedos de los pies de su hijo están fríos, azules/grises o hinchados
- Su hija siente los dedos de los pies adormidos o un hormigueo
- Su hijo no puede mover los dedos de los pies
- Ve enrojecimiento, hinchazón o líquido en una incisión
- Cambió la posición del yeso o el yeso parece haberse deslizado de su lugar
- Fiebre sin otros síntomas de enfermedad (temperatura mayor a 101.5 °F sin resfriado, dolor de oídos, etc.)
- Si tiene alguna otra pregunta o preocupación

Números de contacto:

Si tiene preguntas o inquietudes sobre su hijo, llámenos:

- De lunes a viernes (8-4:30 p.m.): 510-428-3238 y solicite hablar con el enfermero del cirujano
- Luego de las 4:30 p.m. o los fines de semana / feriados: 510-428-3000 (teléfono principal del hospital) y pida hablar con el residente de ortopedia de guardia