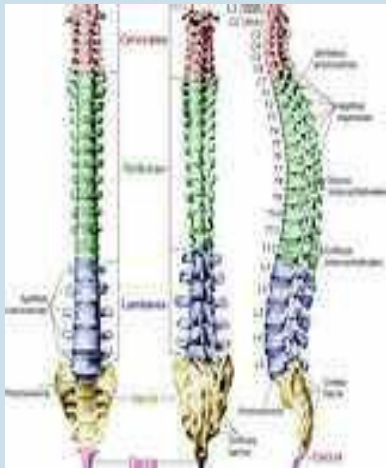


## Que es un trauma raquimedular ?

Es una lesión en la columna vertebral que hace que se afecte la medula espinal, causando que se interrumpa la comunicación entre los nervios y el cerebro, por lo que se presenta daños en la sensibilidad y la movilidad, que van a depender de donde se ubique la lesión.



**FISIO**plus

## Trauma raquimedular



"La felicidad es gratitud por el presente, gozo del pasado y fe en el futuro."

Recuerde:

Evite que hallan arrugas o dobleces en las sábanas para que no causen zonas de presión,



Debe evitar la humedad permanente por ejemplo ropa o sábanas húmedas cámbielas.

No use ropa ni zapatos muy ajustados



Mantenga su piel hidratada

Tenga cuidado con la temperatura del agua a la hora del baño, no queremos causar una quemadura



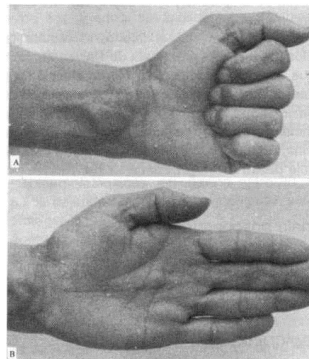
Utilice cojines para la silla de ruedas sobre todo para los glúteos

Siempre debe:

Realizar movilizaciones de todas las articulaciones de su cuerpo ya que con estas va a evitar la rigidez y posibles deformaciones que se puedan presentar por permanecer en una misma posición.



Es importante que recuerde mover de los dedos hacia arriba, sin olvidar ninguna articulación.



Que mas puede ha-

Siempre debe ayudar a que su cuerpo, este lo mas comodo y alineado posible, para evitar cansarse muy pronto por la posición/o lesiones en la piel a largo plazo.

Puede ayudarse con cojines:

En la silla sobre todo para los glúteos y espalda

Puede poner uno debajo de los pies cuando este acostado para mantener los pies elevados

Mantenga muy presente que se debe cambiar de posición mínimo cada 2 horas

