



Nº6

Tengo una enfermedad neuromuscular

## Productos que me ayudan a sentarme adecuadamente en la silla de ruedas

El posicionamiento en la silla de ruedas es primordial y no debe descuidarse.

La silla de ruedas es un elemento permanente en el que la persona vive cotidianamente.

Por lo tanto, es primordial prestar mucha atención a la forma en que el usuario se sienta en ella, a la manera de utilizar las funciones de la silla de ruedas, así como a los ajustes y a las diferentes opciones disponibles.

La silla de ruedas no es solo un medio de desplazamiento, es también un soporte corporal en posición sentada y/o de pie y por esto puede corregir, estabilizar o mantener una posición ortopédica correcta.

Posicionamiento en silla de ruedas

Junio 2009 (traducción 2013)



Federación Española  
de Enfermedades  
Neuromusculares  
**asem**

**AFM**  
Association Française contre les Myopathies



## Algunas recomendaciones:

### El posicionamiento en silla de ruedas: explicación de los pasos a seguir.

Lo primero que uno hace es sentarse en la silla. Pero ¿cómo hacerlo? No hay una posición estática ideal. Es importante poder moverse en la silla de ruedas y con el sistema de asiento. Esto es lo que determinará cuál es la mejor posición.

Es importante tener en cuenta las características de la base de propulsión de la silla, a la interfaz o a las funciones (elevador, bipedestación, asiento basculante, respaldo reclinable, etc.), así como al tipo de asiento.

### Resultados de un buen posicionamiento

Un posicionamiento estático y dinámico en la silla de ruedas presenta importantes ventajas como:

prevenir y limitar la aparición de deformidades ortopédicas;

proteger y mejorar las capacidades funcionales y de la realización de actividades;

disminuir el dolor;

disminuir el riesgo de escaras;

mejorar la integración social.

Disponemos de algunas fichas explicativas sobre el posicionamiento en la silla de ruedas que permiten aclarar estos problemas y aportar soluciones: véase el apartado «Para saber +».

Estos datos se ofrecen a título de ejemplo.  
No se trata de una lista exhaustiva.

Texto original : AFM junio 2009

[http://www.myobase.org/opac/index.php?vi=serie\\_see&id=2931#\\_Uo9L68RWw68](http://www.myobase.org/opac/index.php?vi=serie_see&id=2931#_Uo9L68RWw68)

Traducción al español (2013): María González Lago - Elena Sánchez Trigo (Universidade de Vigo) Vigo (España)

Revisión experta: Thais Pousada García (Terapeuta ocupacional)

Coordinación: ASEM Galicia (Vigo-España) [www.asemgalicia.com](http://www.asemgalicia.com) para la Federación ASEM (Barcelona) [www.asem-esp.org](http://www.asem-esp.org)

Editada en Barcelona por Federación ASEM – 2013

ISSN: 2340-7859

Serie: Tengo una enfermedad neuromuscular. Productos que me ayudan



## Para saber +

Consultar las fichas ([web ASEM-Galicia](http://web.ASEM-Galicia) y <http://asem-esp.org/>):

- *Productos que me ayudan a cambiarme de posición en la silla de ruedas*

- *Productos que me ayudan a mover la cabeza cuando estoy en silla de ruedas*

- *Productos que me ayudan a la inclinación del tronco en la silla de ruedas*

- *Productos que me ayudan a la bipedestación*

- *Productos que me ayudan a estabilizar la pelvis*

- *Productos que me ayudan a estabilizar el tronco*

- *Productos que me ayudan a mantener los miembros inferiores en abducción*

- *Productos que me ayudan a mantener los miembros inferiores en aducción*

- *Productos que me ayudan a estar más cómodo cuando estoy sentado*