



Nº9

Tengo una enfermedad neuromuscular

# Productos que me ayudan a mantener los miembros inferiores en abducción

Mantener los miembros inferiores en abducción consiste en:

separar los miembros inferiores, concretamente un muslo del otro.

Esta necesidad surge cuando tengo los muslos en aducción, es decir, pegados el uno al otro y las rodillas apoyadas una sobre otra.

Esta situación está provocada por factores neuromotores (ej: hipertonía de los músculos aductores), ortopédicos (ej: escoliosis dorsolumbar) y/o externos (ej: el asiento de la silla de ruedas provoca un efecto hamaca).

Consigo una posición cómoda (o neutra) cuando tengo las rodillas a aproximadamente 20 cm una de la otra.

Posicionamiento en silla de ruedas

Junio 2009 (traducción 2013)





## Algunas soluciones:

cuña o taco de abducción;

sistema de sedestación estándar o personalizado (por tanto, con taco abductor);

cojín a medida, confeccionado por un ortopeda.

Una cuña de abducción es más rígida que un taco de abducción.

### ¡Atención!

La instalación de una cuña de abducción requiere un análisis previo del tipo de transferencia que realizo para tener la seguridad de que el producto de apoyo postural no perjudica dicha transferencia.

En este caso, existen también cuñas plegables.

### Esto me permite:

prevenir la aparición de retracciones musculares;

facilitar la circulación sanguínea;

evitar la aparición de escaras en las rodillas en caso de piel frágil;

aliviar el dolor;

evitar o retrasar la aparición de deformidades;

favorecer la participación en ciertos cuidados personales, como asearse o vestirse.

Estos datos se ofrecen a título de ejemplo.

No se trata de una lista exhaustiva.

**Texto original** : AFM junio 2009

[http://www.mvobase.org/opac/index.php?lvl=notice\\_display&id=13030#\\_Uo9d68RWw68](http://www.mvobase.org/opac/index.php?lvl=notice_display&id=13030#_Uo9d68RWw68)

**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 catálogo del Centro de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas:

[www.catalogo-ceapat.org](http://www.catalogo-ceapat.org)

Pedir consejo y ayuda en el Centro Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas:

[www.ceapat.org](http://www.ceapat.org)

Y a las entidades regionales de la Federación ASEM:

[www.asem-](http://www.asem-esp.org/index.php/asociaciones)

[esp.org/index.php/asociaciones](http://www.asem-esp.org/index.php/asociaciones)

Algunos distribuidores y fabricantes:

Invacare, gama Flotech

[www.invacare.es](http://www.invacare.es)

Physipro

+33 (0) 241 693 801

[www.physipro.com](http://www.physipro.com)

Sunrise Médical, gama Jay

[www.sunrisemedical.es](http://www.sunrisemedical.es)

System

+33 (0) 553 405 030

[www.system.com](http://www.system.com)