

Cómo obtener la silla de ruedas adecuada: Lo que el consumidor con LME necesita saber



Para obtener mayor información, contacte a su SCI Model System más cercano. Para obtener una lista de los SCI Model Systems, visite el sitio:

<http://www.msktc.org/sci/model-system-centers>

Esta publicación ha sido elaborada por SCI Models Systems en colaboración con el centro Model Systems Knowledge Translation Center de la Universidad de Washington con financiamiento del National Institute on Disability and Rehabilitation Research [instituto nacional de investigación sobre discapacidad y rehabilitación] del Departamento de Educación de Estados Unidos. Donación No. HI33A060070.

Su silla de ruedas forma parte importante de su vida, por lo que usted debe cerciorarse de obtener la silla de ruedas correcta que se adecúa a su cuerpo, preferencias, actividades y estilo de vida.

La tecnología de los asientos de las sillas de ruedas es una industria compleja y cambiante, que constantemente ofrece nuevos tipos y componentes de sillas de ruedas que salen al mercado. Los días de "la talla única" han quedado atrás. ¿Con todas las distintas opciones, cómo elegir la correcta? Muchos factores diferentes deben tenerse en cuenta al tomar su decisión.

La clínica

Seleccionar la clínica adecuada es un primer paso crítico. La clínica que usted seleccione debe disponer de un proceso y las personas necesarias en el lugar que le ayudarán a hacer una buena elección. Puede llamar con anticipación para averiguar quién forma parte del equipo de atención, si tienen certificación, y cuánto tarda el proceso. Puede ser necesario que tenga que viajar para conseguir el mejor equipo de atención que ha de trabajar con usted en su silla. Usted no duda en recorrer un larga distancia para visitar al cirujano correcto; igual de importante es la selección de su silla de ruedas.

El equipo de atención

La clínica adecuada dispondrá de un equipo de personas que le ayuden a seleccionar su silla de ruedas, y cada uno tendrá una experiencia diferente.

- **Usted:** El miembro más importante del equipo de atención es usted, el usuario de silla de ruedas. Incluso si esta es su primera silla de ruedas, su opinión y deseos son esenciales para hacer la mejor selección.
- **Los miembros de la familia o cuidadores:** Las personas con las que vive o que le cuidan también se verán afectadas por la selección de la silla de ruedas y deben aportar su opinión.
- **Los profesionales de la rehabilitación:**
 - **Médico de la rehabilitación** (llamado un fisiólogo) que entiende la situación general de su salud. El médico es el que prescribe la receta necesaria para que su seguro pague la silla de ruedas y tiene la responsabilidad final de determinar la necesidad médica.
 - **El terapeuta ocupacional o físico** que tiene experiencia en el entrenamiento y la evaluación de la silla de ruedas.
 - **El proveedor de silla de ruedas calificado** que trabaja con el equipo de atención para probar, ordenar y darle mantenimiento al dispositivo.
- **La certificación:** Muchos terapeutas ocupacionales, así como los fisioterapeutas y los proveedores de sillas de ruedas estarán certificados como profesionales en la tecnología asistida (Assistive Technology

Practitioner, ATP por sus siglas en inglés) por la RESNA (Rehabilitation Engineering and Assistive Technology Society of North America) lo que indica que han pasado los exámenes nacionales y que sus credenciales en su especialidad han sido verificadas. Si Medicare es el pagador, se requiere que el proveedor de la silla de ruedas tenga al menos una credencial otorgada por la ATP como especialista en el ramo.

Consideraciones médicas y físicas

El equipo de atención debe considerar muchos factores para garantizarle que obtendrá la silla adecuada para su cuerpo, salud y cuidado.

- **Tiempo transcurrido desde la lesión**
 - **Individuos recién lesionados:** Si ésta es su primera silla de ruedas, probablemente necesitará más asesoramiento sobre la tecnología que mejor se adapte a sus necesidades. Además, es posible que usted siga experimentando cambios físicos o una recuperación en los meses subsiguientes, en cuyo caso esta primera silla puede ser sólo temporal. Por lo tanto, el equipo de terapeutas puede recomendarle una silla de alquiler o seguimientos más frecuentes.
 - **Lesiones a largo plazo:** Si usted ha estado utilizando una silla de ruedas durante mucho tiempo y ha desarrollado nuevos problemas, tales como la debilidad o el dolor, es posible que necesite hacerle cambios al sistema de asientos de su silla de ruedas actual.
- **La edad** afecta la resistencia y la fuerza, y esto puede ser un factor decisivo entre si elegir una silla de ruedas manual o la eléctrica.
- **Su fuerza y rango de movimiento** determinarán si es capaz o qué tanto puede empujar su silla de ruedas, transferirse a o de su silla, levantar y doblar su silla, etc.
- **La altura y el peso** afectarán la elección del tamaño de silla que necesitará.
- **Estabilidad de tronco:** Cuanto más arriba se ubique el nivel de su lesión, probablemente será usted un tanto menos inestable, lo que

exige poner atención extra al asiento y a la posición a fin de mejorar la estabilidad.

- **Habilidades funcionales:** El nivel y qué tan completa sea su lesión de la médula espinal afectará el grado de función que tenga en los brazos y las manos, y hasta que punto necesitará una silla de ruedas manual o eléctrica.
- **Condiciones médicas o riesgos:** Las condiciones como las de la espasticidad, las úlceras por presión previas, y la fuga urinaria también pueden afectar la elección de la silla de ruedas y deben discutirse con su equipo médico.

Consideraciones del cuidador

Es importante que las personas que cuidan de usted puedan trabajar con su silla de ruedas, lo que puede incluir que empujen de vez en cuando o que suban, plieguen, arreglen, limpien o ajusten la silla de ruedas.

Consideraciones de su ambiente y estilo de vida

Su silla de ruedas es una herramienta que le permite hacer más de lo que desee en la vida.

- **Su casa:** ¿Está alfombrado su hogar? ¿La entrada a su casa está empinada? ¿Hay condiciones de la superficie difíciles por las que se necesite empujar una silla de ruedas, tales como grava o césped? Si bien usted puede hacerle cambios a su casa para acomodar una silla, también es posible que existan sillas que puedan ayudarle cuando no es posible hacer los cambios en la casa.
- **Su trabajo:** ¿Qué trabajo hará usted, y cómo encajará su silla de ruedas en ese entorno? Por ejemplo, ¿cabe su silla de ruedas debajo de la mesa de la sala de conferencias donde se reúne dos veces por semana?
- **Transporte:** ¿Va a conducir su propio vehículo? ¿Camioneta o automóvil? ¿Va a tomar transporte público? ¿Alguien va a conducir?
- **Actividades de ocio:** ¿Pasará tiempo afuera en pruebas sobre el césped o haciendo senderismo? ¿Utilizará también la silla de ruedas para practicar deporte?

- **Gustos y preferencias personales:** Por ejemplo, algunas personas pueden preferir una silla de aspecto deportivo o de un color específico (pero tome nota de que algo que no sea del color estándar puede costar más).

Consideraciones financieras

- **Cobertura del seguro:** A menudo esta es una consideración importante al elegir una silla de ruedas y puede limitar sus opciones. Sin embargo, es mejor elegir primero la silla óptima, y luego considerar el financiamiento.
- **Otros recursos financieros:** Algunos recursos de asistencia locales para la compra de su silla pueden estar disponibles a través de organizaciones como las de *United Cerebral Palsy* o la *Multiple Sclerosis Society*. A pesar de sus nombres, estas organizaciones suelen ayudar a personas con alguna discapacidad. Algunas personas tienen recaudadores de fondos a través de su iglesia o templo.

Pasos del proceso para obtener una silla de ruedas

1. **Antecedentes y examen físico** facilitado por el médico, terapeuta ocupacional o terapeuta físico, quienes usarán la información para justificar (ante la compañía de seguros) la silla de ruedas y el sistema de asientos que necesita considerando sus problemas médicos.
2. **Haga la prueba:** Usted siempre debe probar el dispositivo. Idealmente, esto ocurrirá en la clínica durante su visita y más tarde durante la valoración en su casa. Una buena clínica de sillas de ruedas debe tener la capacidad de obtener dispositivos y poder probar la unidad durante su visita.
3. **Valoración en el hogar:** Es mejor que un proveedor o un terapeuta valore su casa y le recomiende el dispositivo adecuado. Algunos planes de seguro (incluido *Medicare*) exigen este paso, y otros no.
4. **Presentación de la receta y la documentación:** El equipo clínico probablemente tendrá que presentar una carta de necesidad médica (*Letter of Medical Necessity*, LMN por sus siglas en inglés).
5. **Entrega, ajuste final y entrenamiento para el manejo de la silla de ruedas:** Idealmente la silla de ruedas se entregará a la clínica, donde el

equipo clínico se asegurará de que la silla de ruedas que se ordenó es, de hecho, la que entregaron. Además, es probable que sea necesario ajustar la silla para asegurar que el ajuste es el que le queda mejor. Por último, el equipo clínico le capacitará para hacer uso correcto de la silla y evitar lesiones.

Planear con anticipación

Es importante prever la posibilidad de que la silla se descomponga y necesite repararse. De ser posible, tenga a mano una silla de ruedas de repuesto. Si no se puede, tenga previsto un plan para asegurar la reparación oportuna y el uso de una prestada.

Tecnología de mapeo de la presión

La tecnología de mapeo de la presión es una manera de medir la presión en los asientos y puede ayudar a un médico clínico a decidir qué cojín le ofrecerá la mejor distribución de la presión a un individuo en particular. Una evaluación de mapeo de la presión del sistema de cojines y asientos puede ayudarle a estar seguro de que su piel está protegida.

Recursos

Choosing a Wheelchair: A Guide for Optimal Independence by Gary Karp (Cambridge, Mass: O'Reilly, 1998).

También en la serie de información para el consumidor con LME de SCI Model Systems sobre sillas de ruedas:

- *La silla de ruedas manual: Lo que el consumidor con LME necesita saber*
- *La silla de ruedas eléctrica: Lo que el consumidor con LME necesita saber*

Fuente de información

El contenido de nuestra información sobre la salud se basa en la evidencia de la investigación siempre que está disponible y representa el consenso de la opinión de expertos de los directores del SCI Model System.

Autor

Cómo obtener la silla de ruedas adecuada: Lo que el consumidor con LME necesita saber (*Getting the Right Wheelchair: What the SCI Consumer Needs to Know*)

fue elaborada por Michael L. Boninger, MD, en colaboración con el centro Model Systems Knowledge Translation Center de la Universidad de Washington.

Renuncia de responsabilidad

La presente información no tiene por objeto reemplazar los consejos de su médico profesional. Usted debe consultar a su proveedor de cuidados médicos sobre tratamientos o cuestiones médicas específicas.