



Utilice la cámara de su teléfono para escanear este código QR y siga las instrucciones del vídeo.

Instrucciones de uso y cuidado del AFO Arizona

Arizona AFO

Cómo ponerse la ortesis

► Siga el vídeo para mejores resultados

1. Siempre deberá llevar esta ortesis con calzado. El calzado debe tener una plantilla extraíble. El calzado debe cubrir bien el talón y tener la puntera cerrada. Las zapatillas deportivas son una opción perfecta. Es posible que desee probar un calzado que sea entre media talla y una talla más grande que la que suele llevar.
 - Marcas de zapatos que recomendamos: *Orthofeet, Propet, Dr. Comfort, Billy Footwear, Apis*
2. Utilice calcetines altos para evitar que la ortesis entre en contacto directo con la piel.
3. Para ponerse la ortesis, abra las correas y introduzca el pie en ella. Asegúrese de que el talón quede completamente apoyado contra la parte posterior y, a continuación, fije las correas. Deben quedar ajustadas, pero sin apretar demasiado.
4. Retire la plantilla del zapato para dejar espacio para la ortesis y póngasela como lo haría normalmente.

CONSEJO ÚTIL - Revise su piel todos los días. Si su piel permanece enrojecida durante más de 15 minutos después de quitarse el aparato ortopédico, podría significar que hay demasiada presión en un punto. Deje de usar el aparato ortopédico, tome una foto del punto enrojecido y comuníquese con nuestra oficina de inmediato.

Instrucciones de limpieza

Si el aparato se ensucia, puede limpiarlo con jabón y agua tibia. También puede usar un limpiador y acondicionador para cuero en la parte exterior del aparato. Se puede usar alcohol isopropílico para limpiar el interior del aparato, lo cual se recomienda si se mancha con fluidos corporales. El aparato debe estar completamente seco antes de volver a colocarlo.

Calendario de adaptación

En general, recomendamos un período de adaptación gradual. De esta manera, si surge algún problema, podremos abordarlo de inmediato. Esta ortesis cambiará su forma de caminar y, en ocasiones, su cuerpo necesitará tiempo para adaptarse. El primer día, solo debe usar la ortesis durante 1 hora. Luego, añada 1 hora cada día hasta que la use todo el tiempo. Un programa de adaptación típico podría ser el siguiente:

Día 1	Día 2	Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
1 hora	2 horas	3 horas	4 horas	5 horas	6 horas	Uso a tiempo completo