

Cuidados del yeso espica

El yeso espica se usa para mantener las caderas y las piernas de su niño sin moverse después de una lesión o cirugía. Este volante le ayudará a saber más acerca del cuidado del yeso de su niño.

Actividades

Su niño estará cansado. Al principio, necesitará limitar el número de visitas que tenga al mismo tiempo. A medida que su niño se recupere usted puede involucrar a las visitas en los juegos. El ejercicio ayudará a su niño a dormir mejor de noche.

Pregúntele a su cirujano qué limitaciones tendrá su niño para gatear, moverse, sentarse, caminar, usar el andador o las muletas.

Antes que se vayan a la casa, planifique tener una silla de ruedas reclinable, con un descanso para elevar las piernas. Puede que también necesite muletas, un trapecio portátil para la cama y un urinario. También sería una buena idea tener una silla pufs.

Cuando sea posible lleve a su niño a paseos. Hágalo participar en juegos y actividades que le hagan mover su brazo.

El baño

Dele un baño de esponja diariamente. Lávele la piel por las orillas del yeso usando un poco de jabón y séquelo bien. Revise la piel por si hay llagas. Use una linterna para ver adentro del yeso, especialmente atrás, en el hueso coxis. Las incisiones debajo del yeso usualmente no requieren cuidado.

La ropa

Puede usar ropa sobre el yeso de su niño. Puede adaptar pantalones, shorts u overoles cortándolos por las costuras y poniéndoles *velcro* o broches para asegurarlos. Otras buenas opciones pueden ser calcetines, camisetas grandes o sudaderas.

Decoración del yeso

Con toda libertad decore el yeso con lápices de colores o decoraciones adhesivas. Evite las pinturas al óleo o aerosoles, ya que pueden pasar a través del yeso y causar serios problemas en la piel. Limite la cantidad de calcomanías y otras decoraciones, pues debe haber espacio para que sude el yeso.

¿Cómo mantener el yeso espica limpio y seco?

Con el tiempo el yeso de su niño se ensuciará. Si encuentra manchas de orina sobre el yeso, pruebe hacer esto:

1. Mezcle partes iguales de vinagre blanco y agua.
2. Remoje un trapo en la mezcla y aplíquelo en las manchas del yeso por uno a dos minutos.
3. Quite el trapo y deje que el yeso se seque al aire o use secador de cabello con aire frío.

4. Si el yeso huele puede frotarlo con un poco de talco para bebés mientras esté húmedo. No debe colocar talco de bebé debajo del yeso. El aceite de clavo de especias puede aplicarse al yeso. (no a la piel) para ocultar el olor.

Cualquier parte del yeso que esté sucia puede lavarse de la misma manera indicada anteriormente pero sin vinagre.

El cuidado del pañal

Los pañales desechables son los pañales más fáciles y los más absorbentes para usar dentro del yeso. Cuando cambie el pañal meta la parte de adelante del pañal en la abertura delantera del yeso. Luego coloque a su niño boca abajo y meta la parte de atrás del pañal y así quedará bien ajustado.

Cambie el pañal por lo menos cada dos horas. Revíselo bien seguido para evitar que el yeso se moje y se ensucie.

Por la noche puede colocar un pañal de tela o una toalla sanitaria adentro del pañal para ayudar a absorber la orina. Si su niño empapa con frecuencia el pañal agregue otro pañal.

Ir al baño

Para niños mayores un urinario es muy útil. Para esto disponga un lugar privado. Para facilitar su limpieza, forre el urinario con un plástico o cúbralo con una bolsa plástica antes de usarlo. Hay también urinarios femeninos y masculinos. Estos los puede obtener a través de proveedores de artículos o productos médicos o también puede llevarse a casa el que ha estado usando durante su estadía en el hospital.

Los suavizantes de excrementos ayudan con el estreñimiento que resulta de haber estado tomando medicina para el dolor. Al irse a la casa puede que a su niño le den una receta para suavizar las heces hasta que se regularice la defecación. Si no le recetan la medicina para ablandar los excrementos, la pueden encontrar en cualquier farmacia. Si su niño no ha defecado en tres días, llame a su doctor para pedir un laxante.

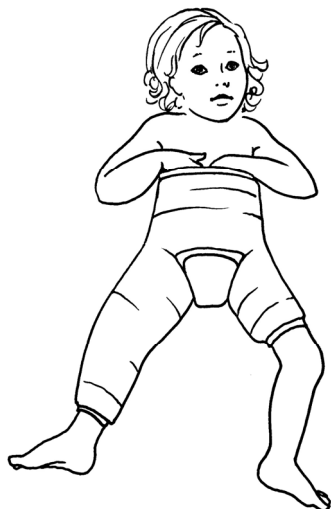
Hemos notado que los *Gummie Bears* sin azúcar o de dieta y que contienen sorbitol ayudan con el estreñimiento.

La comezón

Usualmente, la comezón es causada por humedad en la piel o en una herida que está cicatrizando. El *Benadryl* puede ayudar a aliviar la comezón y se puede comprar sin receta médica. También puede usar un secador de pelo o la manguera de la aspiradora en frío para ayudar con la circulación del aire.

No use objetos para rascarse debajo del yeso (ganchos de ropa, agujas de tejer, etc.). Más bien, trate de distraer a su niño con un juego o alguna actividad hasta que la comezón se le pase.

El yeso de fibra de vidrio permite que el aire penetre en las áreas donde hay comezón o estén mojadas.



Los alimentos

Al comienzo, su niño se quejará de dolor de estómago. Esto se le pasará usualmente en unos pocos días. Ofrezcale porciones pequeñas y más seguidas. Una buena dieta es la mejor manera para prevenir el estreñimiento. El estreñimiento puede ser un efecto secundario de las medicinas para el dolor. Dele a su niño mucha fruta fresca, verduras, cereales integrales, panes y harto líquido.

¿Cómo movilizarlo o levantarlo?

Durante el día su niño necesitará cambiar de posición cada 3 a 4 horas. Antes de irse a la casa su enfermera le mostrará cómo voltearlo y cambiarlo de posición. Si su niño es un adolescente o pesa demasiado para moverlo, puede que necesite un trapecio portátil colocado sobre la cama.

Si el yeso espica tiene una barra atravesada no la use para levantar a su niño.

El dormir

Después de estar en el hospital la rutina usual de su niño cambia y dormir es más dificultoso ya que sus actividades disminuyeron. Su niño puede notar que le es más fácil dormir de un costado que del otro o de frente usando almohadas para posición.

Organice alguna señal como una campanilla o pito para que su niño pueda llamarle de noche. Los niños mayores se sienten más seguros teniendo un teléfono cerca. Cuando necesite salir de la casa, organice para que alguien se quede con su niño.

La transportación

Transportar a su niño en un yeso espica requerirá planificación adicional.

Cuando sea posible, se hará el yeso espica de su niño para que encaje en su propia silla del auto. Puede que la silla estándar no le sirva, esto dependerá de cual sea la posición de las piernas y caderas del niño. Puede que necesite una silla especial o un arnés. En algunos casos, se necesitará transporte profesional como una ambulancia ya que los cinturones de seguridad especiales no funcionan.

Su niño nunca debe viajar en un vehículo con el asiento reclinado. Para proteger al niño apropiadamente, el cinturón de seguridad debe estar en contacto con el cuerpo del niño. Nunca debe transportar a su niño en la parte de atrás de una camioneta.

Viajar en avión es posible pero probablemente necesite comprar más de un asiento. Antes de su egreso del hospital, haga preguntas acerca de sus opciones. El coordinador para dada de alta puede ayudarle en esto.

Para más información

- Ortopedia
206-987-2109
- Hable con el proveedor de atención médica de su niño
- www.seattlechildrens.org

Servicio gratis de interpretación

- Estando en el hospital, solicítelo con la enfermera de su niño.
- Fuera del hospital, llame a nuestra línea gratis de interpretación al 1-866-583-1527 y menciónale al intérprete el nombre de la persona o extensión que necesita.
- Para personas sordas y con problemas de audición marque el: 206-987-2280 (TTY)

¿Cómo debo preparar a mi niño para cuando le quiten el yeso?

Los niños con el yeso puesto tienden a sentirse seguros. Perder esta seguridad, junto con el ruido de la sierra y el ambiente de la sala de yeso puede causar un poco de temor. Considere darle a su niño *Tylenol* una hora antes de sacarle el yeso (o la medicina recetada para el dolor).

En su casa dedique tiempo con su niño y finja que le están quitando el yeso con la aspiradora usando la manguera y llámela aspiradora y no la identifique como una sierra.

Después de varias semanas enyesado, las articulaciones de su niño pueden estar rígidas y tener dificultad para moverlas. Esto mejorará lentamente. Los baños en agua caliente disminuirán el malestar y ayudarán a su niño a recuperar el movimiento. Jugar normalmente aliviará la rigidez y ayudará a recuperar la fuerza. La fisioterapia rara vez es necesaria. Las primeras dos semanas sin el yeso pueden ser difíciles para el niño y la familia. La normalización puede demorar y dependerá del tipo de cirugía y diagnóstico. La recuperación de la fuerza y flexibilidad de su niño demorará tanto tiempo como el que estuvo con el yeso puesto.

¿Cuándo debo llamar al doctor?

Por favor, llame a su doctor si su niño tiene:

- Adormecimiento y hormigueo en los dedos de los pies
- Hinchazón de los dedos de los pies
- Los dedos de los pies están fríos o morados
- El yeso está quebrado o partido
- Queja de dolor diferente
- Fiebre durante la recuperación de la cirugía
- Dificultad para respirar

Seattle Children's ofrece servicios gratis de interpretación para pacientes, miembros de la familia y representantes legales sordos, con problemas de audición o con dominio limitado del inglés. Seattle Children's pondrá a disposición esta información en formatos alternativos bajo solicitud. Por favor llame al Centro de recursos para las familias al 206-987-2201.

Este volante fue revisado por personal clínico de Seattle Children's. Sin embargo, las necesidades de su niño son únicas. Antes de actuar o depender de esta información, por favor consúltelo con el proveedor de atención médica de su niño.

© 1996, 2003, 2006, 2009, 2010 Seattle Children's, Seattle, Washington. Derechos reservados

4/10
Tr.mgh/lv/jw
PE005S



Spica Cast Care

A spica cast is used to keep your child's hips and legs from moving after an injury and/or surgery. This handout will help you learn how to care for your child's cast.

Activities

Your child will be tired. At first, you may need to limit the number of visitors they have at one time. As your child gets stronger you can involve visitors in games. Exercise will help your child sleep better at night.

Ask your surgeon what limits your child will have to crawling, rolling, sitting, walking, or using a walker or crutches.

Before going home, make plans to get a reclining wheelchair with elevated leg rests. You may also need crutches, a portable bedside trapeze, and a bedpan. A beanbag chair may be something to consider.

When possible, take your child on outings. Try games and activities that involve arm movement.

Bathing

Give your child a sponge bath every day. Wash skin at cast edges using a little soap, and dry well. Check the skin for sores. Use a flashlight to look inside the cast, especially at the tailbone. Incisions under the cast usually do not require care.

Clothing

Clothes can be worn over your child's cast. Pants, shorts or overalls can be adapted by cutting along the seam and securing with Velco or snaps. Socks, large T-shirts or sweatshirts are also good options.

Decorating cast

Feel free to decorate the cast with colored pens or decorative glue. Do not use oil or spray paints. They can get through the cast and cause serious skin problems. Limit the number of stickers or other decorations; there must be room for the cast to breathe.

Keeping a spica cast clean and dry

Your child's cast will get dirty over time. If you find urine stains on the cast, try this:

1. Mix equal parts of white vinegar and water.
2. Soak a cloth in it and place it on the cast stains for one or two minutes.
3. Remove the cloth and let the cast air dry or use a hair dryer set on the cool setting.
4. If the cast smells, you can rub in a little baby powder on the cast while it is damp. Do not apply baby powder under the cast. Oil of clove also may be applied to the cast (**not** to the skin) to mask the odor.

Any soiled area on the cast can be washed in the same manner as above, without the vinegar.



Diaper care

Disposable diapers are the easiest diapers to put into the cast, and are the most absorbent. When changing a diaper, tuck the front of the diaper into the front opening of the cast. Then turn your child over onto their stomach and tuck in the back. This makes for a nice, tight fit.

Change diapers at least every two hours. Check often in order to keep the cast from getting wet and soiled.

At night a cloth diaper or feminine napkin can be put inside the inside diaper to help absorb urine. Diaper liners may be helpful if your child wets (pees) a lot at a time.

Going to the bathroom

A bedpan is very useful for older children. Provide a private place for your child to use it. Lining the bedpan with plastic wrap or covering it with a plastic bag before using it makes clean-up easier. There also are urinals for both male and female. These are available through a medical supplier or you may bring home the one provided while in the hospital.

Stool softeners help with the constipating effects of being inactive and taking pain medicine. Your child may be sent home with a prescription for a stool softener to be taken until their bowel movements have returned to normal. If a stool softener is not prescribed they can be found over the counter at any drugstore. If your child does not have a bowel movement in three days, call your doctor's office about a laxative.

We have found that sugar-free or diet Gummie Bears containing sorbitol can also help with constipation.



Itching

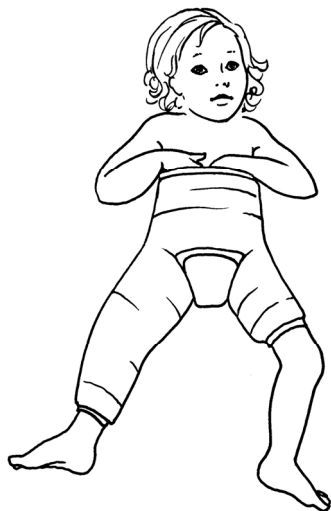
Itching is usually caused by moisture on the skin or a healing wound. Benadryl can help reduce itching and is available over the counter without a prescription. You can also try using a hair dryer or vacuum cleaner hose on the *cool* setting to help circulate air.

Do not use any objects for scratching under the cast (coat hangers, knitting needles, etc.) Instead, use a game or activity to distract your child until the itching stops.

A fiberglass cast allows for air penetration over the areas that may itch or be wet.

Meals

At first, your child may complain of a stomachache. This usually goes away after a few days. Try giving smaller meals more often. A good diet is the best way to prevent constipation. Constipation can be a side effect of pain medicines. Give your child lots of fresh fruits, vegetables, whole grain cereals and breads, and plenty of fluids.



Moving, lifting

Your child will need to change positions every 3 to 4 hours during the day. Before you go home, your nurse will show you how to turn and position your child. If you have a teen or child who is too heavy for you to move, you may want to rent a portable trapeze for over the bed.

If the spica cast has a cross bar do not lift your child by it.

Sleep

Sleep is often difficult because the decreased activity and time in the hospital have changed your child's usual sleep patterns. Your child may find it easier to sleep on one side or the other, or on their front, using pillows for positioning.

Arrange for a signal, such as a bell or whistle, so that your child can call you at night. Older children may feel more secure with a phone nearby. When you must leave home, arrange for someone to stay with your child.

Transportation

Transporting your child in a spica cast will take extra planning.

When possible, your child's cast will be formed to fit into their own car seat. Depending on how your child's legs and hips need to be positioned, a standard car seat may not work. A special car seat or harness may be needed. In some cases, even special restraints do not work and professional transportation, such as an ambulance, may be needed.

Your child should never ride with the vehicle seat reclined. The seat belt must be in contact with your child's body in order to properly protect them. Never transport your child in the back of a truck.

Airplane travel is possible but you may need to buy more than one seat. Ask about your options before you leave the hospital. The discharge coordinator can be very helpful with this.

How do I prepare my child for when the cast has to come off?

Children tend to feel secure with their casts. Losing this security, along with the noisy sound of the cast saw and the look of the cast room, can be a bit scary. You may consider giving your child Tylenol (or their prescribed pain medicine) one hour before the cast removal.

You may spend time at home with your child, pretending to remove the cast with a vacuum that has a hose attachment. Refer to the cast saw not as a saw, but a vacuum.

After several weeks in a cast, your child's joints may become stiff and hard to move. This will slowly improve. Warm baths will decrease the discomfort and help your child regain range of motion. Normal play will reduce stiffness and help them gain strength. Physical Therapy is rarely needed. The first week or two out of the cast can be a tough time for the child and family.

To Learn More

- Orthopedics
206-987-2109
- Ask your child's
healthcare provider
- www.seattlechildrens.org

Free Interpreter Services

- In the hospital, ask
your child's nurse.
- From outside the
hospital, call the
toll-free Family
Interpreting Line
1-866-583-1527.
Tell the interpreter
the name or extension
you need.
- For Deaf and hard of
hearing callers
206-987-2280 (TTY)

Depending upon the type of surgery and the diagnosis, and length of time in the spica cast, it may take some time to adjust. It usually takes as long as your child has been in the cast to get their strength and flexibility back.

When should I call the doctor?

Please call the doctor if your child has:

- Numbness or tingling in toes
- Swelling of the toes
- Toes that are cold or blue/purple
- A broken or cracked cast
- Unusual complaints of pain
- Fever while recovering from surgery
- Difficulty breathing

Seattle Children's offers interpreter services for Deaf, hard of hearing or non-English speaking patients, family members and legal representatives free of charge. Seattle Children's will make this information available in alternate formats upon request. Call the Family Resource Center at 206-987-2201.

This handout has been reviewed by clinical staff at Seattle Children's. However, your child's needs are unique. Before you act or rely upon this information, please talk with your child's healthcare provider.

© 1996, 2003, 2006, 2009, 2010 Seattle Children's, Seattle, Washington. All rights reserved.