

## Cuidados generales para el uso de férula ortopédica.

**Objetivo:** Ayudar al paciente a usar su férula correctamente para una recuperación efectiva y prevenir complicaciones.

### 1. Colocación y ajuste

- No ajustes ni retires la férula sin indicación médica.
- Asegúrate de que esté bien posicionada y no cause dolor ni entumecimiento.
- Evita movimientos que puedan alterar su colocación.

### 2. Higiene

- Mantén la férula seca. Si es removible, retírala sólo bajo indicaciones médicas para el aseo.
- Si es de yeso o material rígido no removible, no la mojes. Usa una bolsa plástica sellada durante el baño.
- Limpia la piel alrededor de la férula con un paño húmedo, sin introducir objetos dentro.

### 3. Movilidad y reposo

- Eleva el miembro afectado en las primeras 48 horas para reducir inflamación.
- Evita cargar peso o realizar esfuerzos con la extremidad inmovilizada.
- Si se indicó, realiza los ejercicios recomendados para evitar rigidez.

### 4. Señales de alarma (acude a consulta o al servicio de urgencias si presentas):

- Dolor intenso persistente
- Entumecimiento, cosquilleo o cambio de color en dedos
- Hinchazón excesiva
- Mal olor o secreción desde el interior de la férula
- Daño visible en la férula

### 5. Seguimiento

- Acude a tus citas programadas para valorar el avance.
- No modifiques la férula por tu cuenta.
- Consulta antes de retirar definitivamente la férula.