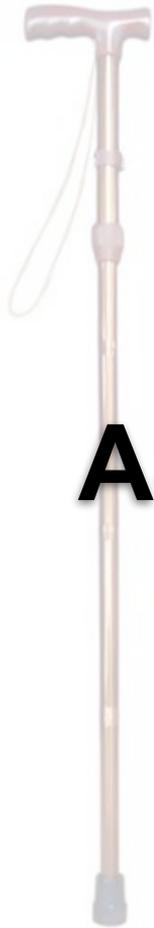


# ASISTENTES DE LA MARCHA



## **Factores que predisponen a alteraciones de la marcha y a beneficiarse con el uso de un asistente:**

- ❖ Cambios fisiológicos del envejecimiento: cambio del centro de gravedad, menor equilibrio, flexibilidad y reflejos posturales
- ❖ Alteraciones visuales y auditivas
- ❖ Estilo de vida: escasa actividad física y regular alimentación
- ❖ Presencia de comorbilidades y marchas patológicas: parkinson, ACV, Dolor
- ❖ Fármacos: BZD, IRSS, hipnóticos, opiodes, antipsicóticos
- ❖ Trastornos del ánimo: depresión
- ❖ Inestabilidad
- ❖ Riesgo de caídas, miedo a caer, caídas repetidas
- ❖ Arrastre de pies
- ❖ Marcha lenta
- ❖ Sarcopenia y fragilidad
- ❖ Deterioro cognitivo, demencia
- ❖ Internación prolongada
- ❖ Polimedicación

**El uso de asistentes de la marcha se asoció a:**

- disminución de las caídas
- mejoría de la funcionalidad global
  - menor cansancio al caminar
- aumento de la confianza de la persona

# Tipos de asistentes

## **BASTÓN SIMPLE:** indicaciones

- Inestabilidad leve
- Miedo a caer
- Dolor unilateral
- Sarcopenia
- Transición al destete de otro asistente



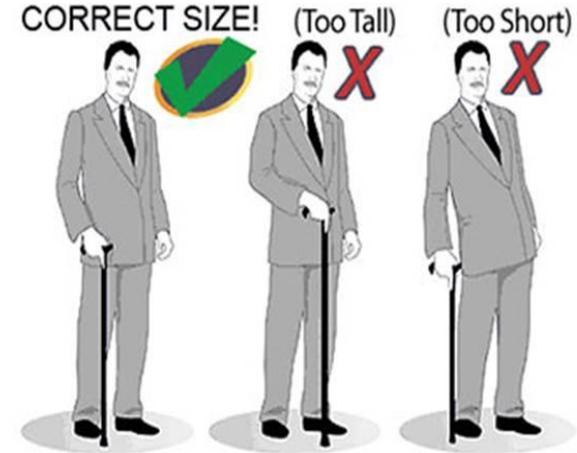
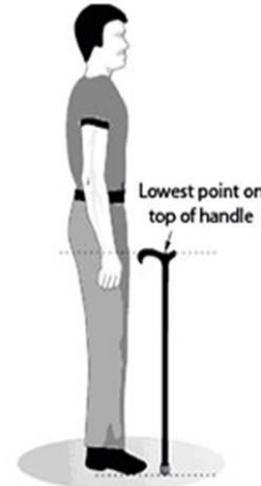
# BASTONES



- Pueden ser de 1, 3 o 4 puntos
- Rígidos o plegables
- De madera o aluminio
- Altura regulable
- Se usa contralateral a la lesión
- Empuñadura a la altura del trocánter mayor
- Codo a 20° de flexión
- Diferentes empuñaduras: ideal mango en T
- Regatón de caucho en buen estado, que fije al suelo
- Se apoya 1 pie por delante y 1 pie por fuera

**TRIPODE:** para pacientes con alteraciones neurológicas secundarias a ACV

## USO CORRECTO DEL BASTÓN



# ANDADORES: indicaciones



## 4 RUEDAS

- Inestabilidad leve + debilidad + baja resistencia



## 3 RUEDAS

- Inestabilidad leve pero activo y lúcido
- Buena fuerza y resistencia (no tiene asiento)



## 2 RUEDAS

- Inestabilidad moderada
- Debilidad muscular avanzada
- Marcha lenta
- 2 caídas recientes
- Paciente que vive solo



## SIN RUEDAS

- Cx reciente
- Prohibición de carga
- Transferencias
- Tramos cortos dentro del hogar