

El uso de medias de compresión en deformidades de las extremidades superiores

Este artículo se trata de simplificar el ponerse medias / medias de soporte y medias de compresión.

Mientras para los afectados de talidomía con brazos cortos el ponerse medias y calcetines ya no es un desafío...

<https://www.youtube.com/watch?v=-FGmp-ot3ys>

... el ponerse medias de soporte o de compresión ya es bastante complicado incluso para personas con brazos largos.

Porque medias de soporte o compresión?

Medias de soporte normalmente son compradas en cualquier tienda para tratar los síntomas de "piernas pesadas" y várices. Medias de compresión son hechas a medida y representan un medio de terapia médica. Las medias tienen una curva de presión que tiene su culmen en el tobillo.

En la asistencia postoperatoria las medias de compresión representan la medida más importante para prevenir trombosis en las venas de las piernas (trombosis venosas profundas).

Trombosis venosas profundas

Un cambio de la composición de sangre, cambios en las paredes de vasos sanguíneos o reducción de la velocidad del flujo de sangre pueden implicar una trombosis venosa por coagulación de sangre en una vena profunda que normalmente debería llevar sangre desoxigenado al ventrículo derecho del corazón.

Un alto riesgo existe después de una operación que exige reposo en cama por días o semanas, que en caso de afectados de talidomía puede ser especialmente grave por no poder caminar con muletas con sus brazos cortos.

Si una vena está tapada por un trombo, la parte distal (lejos de la mitad del cuerpo) de una extremidad acumula sangre que puede tener como consecuencia una hinchazón por ejemplo del pie después de un trombo en la vena de la rodilla.

La complicación más grave que puede suceder es una embolia pulmonar.

La embolia pulmonar

En este caso un trombo localizado en la pared de una vena se despegó y el flujo sanguíneo lo lleva hacia el corazón. En camino hacia el corazón el trombo no se puede atrancar porque el diámetro de las venas se agranda. El trombo es llevado desde la aurícula derecha hacia el ventrículo del corazón y desde ahí a las arterias pulmonares. En la circulación arterial del pulmón el diámetro de los vasos se reduce

drásticamente y el trombo se atranca.

Esta es una situación que pone en peligro la vida con una mortalidad de 50% de los afectados. En Alemania aproximadamente 30.000 personas mueren por una embolia pulmonar, más de 5 veces más de los que mueren por accidentes de tráfico.

Por eso el uso de medias de compresión por profilaxis de trombosis tiene una importancia muy alto en especial después de una intervención quirúrgica.

El objetivo de medias de soporte o de compresión es que la extremidad se comprima tanto que la sangre no se quede en las venas superficiales sino que la sangre también fluya por las venas profundas para que la velocidad del flujo de sangre no se reduzca.

Otra indicación para medias de soporte o compresión puede ser un edema linfático por ejemplo después de una intervención quirúrgica de cáncer.

Medias de soporte para insuficiencia de las venas o un edema linfático:

Medias de soporte o compresión deben ser suficientemente apretadas para ejercer la presión requerida. Medias de compresión son hechas a medida y son más estrechas que las medias de soporte. Las hay en diferentes clases de compresión. Habitualmente se usa la clase de compresión 2 para profilaxis de trombosis.

Al ser muy estrecha la media el ponérsela causa un problema hasta para la gente con brazos largos. Por tener el diámetro mas grande y una piel muy ruda, el talón es el punto mas critico porque causa una resistencia de fricción muy grande.

Para medias con una parte abierta en la punta del pie hay ayudas como un tejido de fibra artificial que se ponen como una bolsa sobre el pie para que la media se deslice mas fácil. El tejido se quita por la parte abierta y esta manera de ayuda funciona excelentemente.

Es sorprendente el hecho de que hasta las personas que trabajan en tiendas especializadas en productos sanitarios no sepan que con medias cerradas se puede conseguir una ayuda similar.

Para facilitar el ponerse las medias con la punta cerrada, los pacientes se deberían poner una media de nylon barata sobre la cual la media de compresión también se desliza mas fácil. La media de nylon no se puede remover después de ponerse la media de compresión, pero como son tan delgadas, no molestan en la vida cotidiana.

Los afectados con brazos cortos normalmente usan medias de soporte que están abiertas en la parte de los dedos, para poder seguir usando los dedos como herramientas para agarrar cosas. Como se puede ver en el video el ponerse medias cortas no causa problemas. Por eso se usa la misma ayuda de las medias de nylon que se pueden quitar otra vez, después de haberse puesto las medias de soporte.

Además hay una multitud de ayudas mecánicas para ponerse la medias que casi siempre están hechas por un armazón de alambre. Sobre este armazón se pone la media de soporte y con el pie la persona entra por el armazón a la media. Estas ayudas las hay en muchas fabricaciones diferentes que se pueden conseguir en tiendas

especializadas o en el Amazon. Para poder usar las ayudas con brazos cortos se puede conseguir un alargamiento de los manubrios a través de lazos.



Uno de muchos tipos diferentes de ayudas
(fuente: Wikipedia)

Resultado:

Para recapitular se puede decir:

1. Las medias de compresión no son “cosméticas”. Si un médico receta el uso de medias de compresión el paciente debería tomarlo en serio y usarlas.
2. El ponerse las medias requiere un esfuerzo intenso pero hay ayudas.
3. Aunque el procedimiento de ponerse las medias requiere mucho esfuerzo, las personas con brazos cortos no deberían dejar de ponerse las medias. En este caso el paciente necesita ayuda de terapeutas o familiares para que las medidas de profilaxis sean iguales tanto para personas con brazos largos como también para personas con brazos cortos.

Para completar este artículo se deberían nombrar algunas alternativas por tromboprophilaxis:

- Inyecciones de heparina: impiden trombosis pero pueden tener efectos secundarios considerables como hemorragias y osteoporosis después de mucho tiempo de uso. Las inyecciones no evitan que las venas superficiales crezcan en diámetro.
- Anticoagulantes orales (Marcumar, Sintrom, etc.) tampoco influyen en el crecimiento en diámetro de las venas superficiales. Efectos secundarios: tendencias a hemorragias.
- Para pacientes inmovilizados se usa un simple método como profilaxis de trombosis: el subir 10cm los pies en la cama reclinatoria para que la sangre de las venas profundas hacia el corazón fluya mas rápido.

Update 4.7.16

Recientemente, fue desarrollado un dispositivo, que permite fácilmente arremangar la media de compresión y luego "desenrollarla" en la pierna. Muchos pacientes y médicos se pronuncian muy entusiasmados. No puedo confirmar hasta que punto es posible manejar el dispositivo con brazos cortos. Si embargo, presenta un gran alivio para el personal sanitario y, si duda, vale la pena probarlo.

El dispositivo se llama "Doff N' Donner" y se vende en la Suiza por el fabricante Sigvaris.

Se puede encontrar por ejemplo en los portales de venta de Internet más grandes, aquellos que empezaron con la venta de libros y ahora venden casi de todo.

Aquí hay un enlace para ver el funcionamiento del dispositivo:

<https://www.youtube.com/watch?v=csXEqOBHgMU>