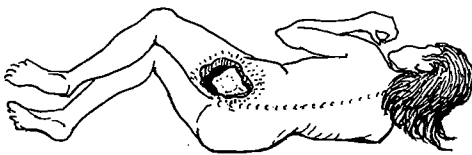


Un Asiento para Silla de Ruedas Ayuda a Dora a Superar la Depresión Crónica

*DORA es una maestra de Guadalajara de unos 35 años de edad. Hasta los 25 años, fue muy activa y llena de vida. Después comenzó a desarrollar espasticidad y debilidad de los músculos, primero en las piernas, luego en todo el cuerpo. Le diagnosticaron **esclerosis múltiple**. Al principio era sólo molesto; después se convirtió en una discapacidad. Por un tiempo usó una silla de ruedas. Pero se le formó una enorme llaga de presión en la nalga izquierda. Después de esto, tuvo que permanecer en cama. Su salud empeoró hasta quedar muy delgada y pálida. Los doctores dijeron que su condición era muy delicada como para arriesgar operarle la llaga. A pesar de la atención médica, consejería y el apoyo de la familia, su condición seguía empeorando. Desesperada, su mamá la llevó a PROJIMO, a 500 kilómetros de distancia.*



Cuando Dora llegó, el equipo de PROJIMO le dio la bienvenida y pusieron lo mejor de su parte para ayudarla. Para entonces, su condición física amenazaba su vida. La enorme llaga de presión había destruido toda la piel y la carne de una nalga, dejando al descubierto el hueso de la cadera (tuberosidad isquiática).

La infección tan prolongada y la supuración de la llaga dejaron a Dora muy anémica y deficiente de proteína. Pero su estado mental era aún más crítico que la condición física. Dora estaba profunda y crónicamente deprimida. Había pasado los últimos 4 años, día y noche, acostada en una cama. Los doctores le habían prohibido sentarse en una silla de ruedas, o aun sentarse en la cama, debido a la enorme llaga de presión que tenía en la nalga.

Primeros Pasos

Al platicar con Dora y con su mamá, Mari se dio cuenta que para ayudarle a mejorar su condición, una de las primeras tareas sería ayudarle a superar la depresión.

"No quiero seguir viviendo si tengo que pasar el resto de mi vida encerrada y acostada en una cama," dijo Dora. "Pero los doctores dicen que no tengo otra opción, que debo estar fuerte para poder operarme la llaga. ¡Pero cada vez me siento más débil!"

Con lágrimas en los ojos, Dora miró a Mari. "¡Si tan sólo pudiera moverme como tu lo haces en la silla de ruedas! ¡Podría ir afuera, visitar a mis amigos y hacer tantas cosas!"

"¡Tienes que ser fuerte!" dijo Mari. "Juntas vamos a hacer lo mejor para encontrar una solución".



Mari y el equipo de PROJIMO se reunieron con Dora y su mamá para buscar soluciones. Para mejorar su condición física, necesitaría seguir una dieta rica en hierro y proteína. Pero estaba tan triste que casi no comía. Todos opinaban que, para que Dora mejorara físicamente, era importante que primero recuperara el ánimo. Necesitaba esperanza—y una buena razón que la convenciera que valía la pena seguir viviendo.

Lo que más deseaba Dora era levantarse de la cama y moverse. En otras palabras, **movilidad**. Pero, ¿Cómo sería posible hacerlo con la enorme llaga en la nalga? "Nunca se va a aliviar si se sienta sobre la llaga. Todavía está débil para la cirugía, y aún está tan triste que su salud en general sigue empeorando," dijo Mari. "¿Qué podemos hacer?"

Una Camilla Que no Ayudó

Una de las ideas del equipo, fue acondicionar una camilla con llantas para que Dora se acostara boca abajo. Ya habían usado camillas con varias personas con daño en la medula espinal que tenían llagas de presión. Acostada boca abajo evitaría poner presión sobre las llagas. Además, al poder moverse a los alrededores mejora el ánimo de las personas, ayuda con la circulación y las llagas sanan más pronto. (Vea los Capítulos 37 y 38.)



Dora estaba dispuesta a intentarlo. Pero el acostarse sobre el estómago era muy incómodo debido a la espasticidad y a las contracturas. Además, debido a la anemia, se le dificultaba respirar. Empapada de sudor y batallando para respirar, decía, "Acuéstenme otra vez en en la cama".

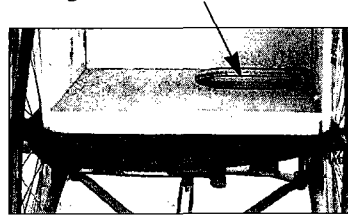
Después de este fallido intento, Dora estaba más desanimada que antes. Su mamá estaba a punto de llevarla de regreso a Guadalajara. Se hizo otra reunión. Dora seguía repitiendo su deseo: "¡Si tan sólo pudiera moverme en una silla de ruedas!"

Un Asiento Poco Común

Aunque parecía imposible, el equipo se puso a diseñar una silla de ruedas que le permitiera a Dora sentarse sin poner presión sobre la nalga donde tenía la llaga. Mario—quien ha tenido graves llagas de presión (vea la página 157)—hizo un asiento de triplay para que sentara en la silla de ruedas Torbellino hecha en PROJIMO. Este asiento le ayudaría a mantener los pies y las piernas en una buena posición.



Le hicieron un agujero grande al asiento, directamente abajo de la nalga dañada de Dora, para que el aire pudiera circular libremente por el vendaje puesto sobre la llaga.



Mario hizo un cojín especial con capas de cartón (vea la página 157). También le hizo un hoyo al cojín para que quedara abajo de la nalga lesionada.



Los lados del asiento se extendían lo suficiente hacia adelante para poder acojinarlos y ayudarle a Dora a sentarse más derecha, aun con todo el peso sobre una sola nalga.



El respaldo alto del asiento sostiene la cabeza de Dora cuando la silla se inclina hacia atrás. De esta forma, la silla se puede inclinar muy hacia atrás varias veces al día. Esto es esencial para evitar que se formen nuevas llagas de presión en la nalga sana que recibe todo el peso mientras está sentada.

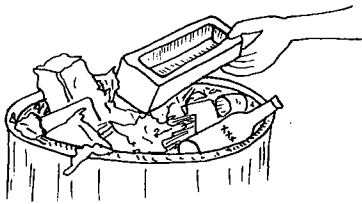
“¡Sí sirve!” Dora probó el nuevo asiento y estaba emocionada. Tomó algo de tiempo acomodar esponjas junto a los muslos y los costados, para que pudiera sentarse derecha y cómodamente. Para protegerle la nalga sana, necesitaban inclinar la silla por un rato cada 10 ó 15 minutos.

Cuando la silla de ruedas con el asiento quedó terminada, Dora y el equipo comenzaron a buscar maneras de que le sirviera lo mejor posible. Equiparon el asiento con una mesa desmontable para que pudiera leer y escribir, hacer trabajos manuales y comer.

Sin embargo, se le dificultaba comer y tomar agua por si misma. La espasticidad, la debilidad y el temblor del brazo le dificultaban el llevarse la comida o el agua a la boca sin tirarlos.

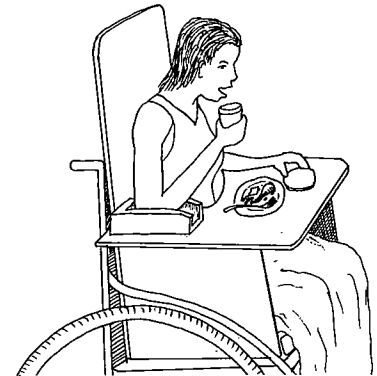
Un Estabilizador del Codo que Facilita la Alimentación

Inez (quien provee a las personas terapia física y ocupacional) ayudó a Dora a experimentar con diferentes aparatos y posturas para comer y beber con más facilidad. Dora se dio cuenta que cuando Inez le sostenía firmemente el codo en la esquina de la mesa, tenía más control. Así que el siguiente paso sería encontrar algo sencillo que le ayudara a estabilizar el codo sin que alguien tuviera que estar sosteniéndoselo todo el tiempo.



Inez encontró una caja de *hule espuma* en el bote de la basura cuyo interior tenía más o menos 10 centímetros de ancho. Con una navaja cortó la caja para amoldarla al codo de Dora. La pegó con *Velcro* (cinta fuerte y peluda auto-adherible fácil de quitar) en la esquina trasera de la mesa de Dora.

Dora vio que poniendo el codo dentro de la caja de *hule espuma* que estaba pegada sobre la mesa, podía comer con más facilidad y hasta tomar agua sin derramarla. Estaba encantada. Era la primera vez en cuatro años que podía comer y beber sin ayuda.

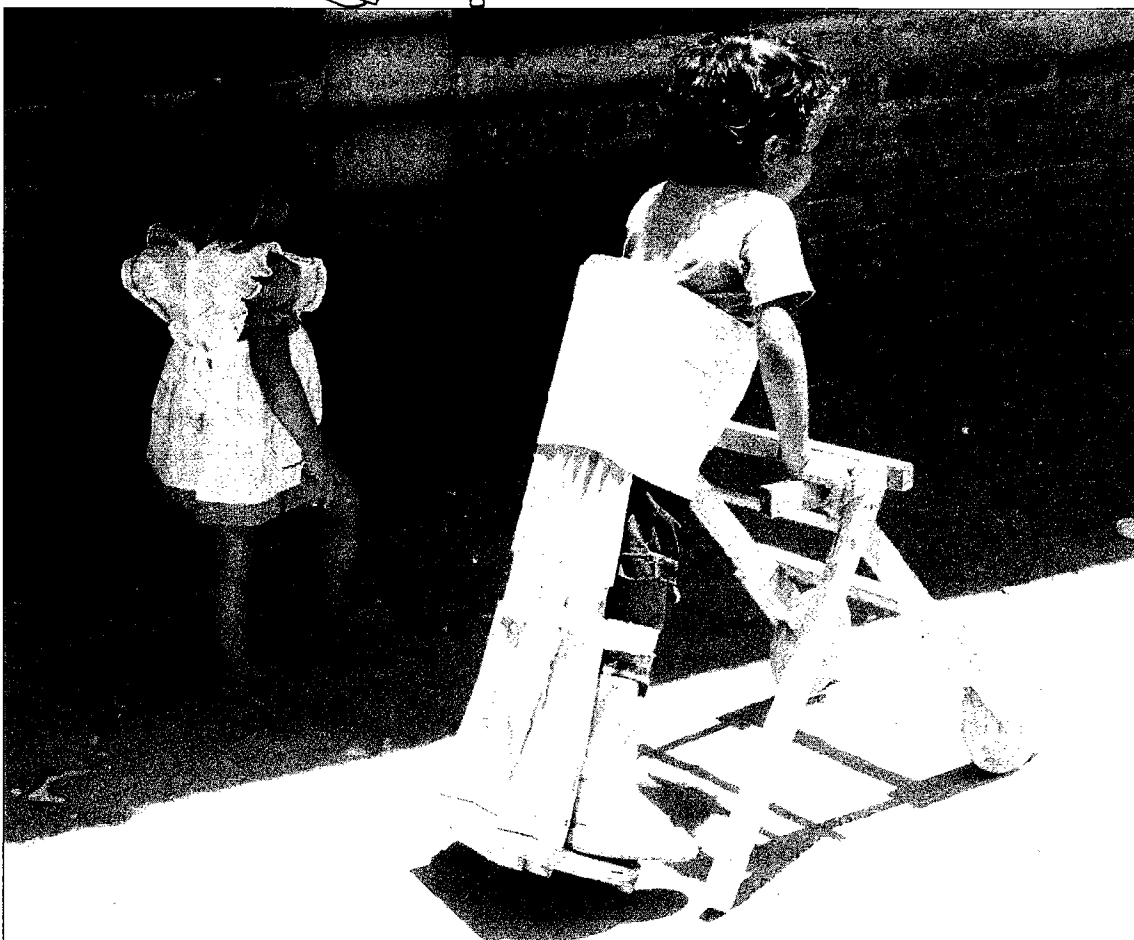
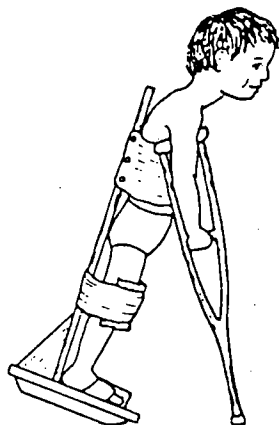


No Sanó Su Llaga, Sino Su Espíritu

Dora y su mamá se quedaron en PROJIMO varias semanas. Para cuando se fue, ya estaba comiendo mejor, recuperando peso y se miraba más sana. Ahora tenía más ánimo de seguir viviendo. La llaga de presión ni siquiera comenzaba a sanar, y quizá nunca lo haría si no se la operaban. Sin embargo, si la salud de Dora seguía mejorando, tal vez sería posible operarle la llaga algún día.

Pero algo más importante que curarle la llaga, fue el hecho de haberle ayudado a mejorar su estado de ánimo. Su mamá dijo que ya comenzaba a ver en ella la chispa de ánimo y alegría por la vida que habían hecho de Dora tan buena maestra. Como siempre, “primero lo primero”.

NOTA: Para más ideas innovadoras sobre prevención y tratamiento de las llagas de presión, vea los Capítulos 27, 28 y 38. Para mayor información básica sobre las llagas de presión, vea el libro, *El Niño Campesino Deshabilitado*, por David Werner.



Joel, quien tiene espina bífida, aprende a caminar usando una andadera de madera y un "parapodio" (tabla para estar de pie y para caminar) hechos en PROJIMO.