



Una silla de ruedas debe tener como objetivo permitir al usuario de esta, la máxima funcionalidad, comodidad y movilidad. Por ello, la silla tiene que adaptarse a la persona y no al revés (ya que una silla inapropiada puede ocasionar una discapacidad extra).

A la hora de elegir una silla de ruedas nos tenemos que plantear varias cuestiones: ¿Para qué la voy a utilizar: para desplazarme por casa; la voy a usar más en el exterior o en el interior; puedo hacer deporte con ella? ¿Es necesario tener en cuenta las condiciones del entorno para escoger la silla? ¿Cuál se adecúa a mí? ¿influye en la elección la enfermedad o incapacidad que tengo? ¿Qué talla necesito? ¿Mi peso y mis medidas influyen?

Existen varios tipos según el manejo de las personas usuarias de las sillas:

Sillas de ruedas manuales

Pueden ser propulsadas por el usuario o empujadas por un acompañante. Pueden contar con accesorios para que se adapte a las características de la persona que la va a utilizar.



Pasivas: generalmente, se utilizan para usos esporádicos en los que un acompañante empuja la silla, ya que para el usuario tiene mayor rozamiento (resistencia a rodar la silla) ya que la distribución del peso está igualada en ambas ruedas. En este tipo las encontramos de acero (son las más económicas), o de aluminio. Se pueden encontrar de rueda grande, con aros para la autopropulsión o con ruedas pequeñas (para que empuje el acompañante).

Semiactiva o ligera: Generalmente son de aluminio, plegables y con elementos desmontables para poder transportarla. Está pensada para un usuario autónomo en distancias medias, con fuerza suficiente en los brazos para impulsarse y buen control de tronco. Podemos encontrar modelos bipedestadores.



Activas o ultraligeras: Pensadas para personas activas, con buen control de tronco, equilibrio y fuerza en miembros superiores y tronco. Están pensadas para obtener un máximo rendimiento y un peso y dimensiones lo más reducidas posibles. El rozamiento es menor, pero puede que sea menos estable, según los ajustes y la distribución del peso. Depende de la gama de las sillas, los materiales son variables, siendo los más comunes el titanio, y fibra de carbono. Pueden ser plegables o de armazón rígido.

Sillas de posicionamiento: Suelen ser configurables y personalizables. Son cómodas y permiten cambios de posición del respaldo, basculación de asiento, elevación de los reposapiés. Están pensados para usuarios con movilidad muy reducida (que necesitan un control postural eficiente) y que sea un acompañante quien las maneje.



Sillas de ruedas eléctricas

Son sillas que cuentan con un motor que facilita los desplazamientos y se activan con un joystick integrado en el reposabrazos. Son más pesadas que las manuales y las dimensiones son algo mayores.



Sillas eléctricas de interior/ exterior: Tienen un tamaño menor para que pueda pasar fácilmente por las puertas. Depende de los modelos pueden ser de chasis rígido, plegable o desmontable. También hay que pensar en el tipo de tracción de las ruedas ya que condiciona la manera de conducir: tracción trasera (más cómoda de conducir), de tracción delantera (la dirección es más compleja pero son buenas salvando obstáculos) o tracción central (giran sobre sí mismas por lo que es necesario menos espacio para maniobrar). A algunos modelos se les puede incluir un subebordillos. La autonomía varía según el modelo y peso del usuario.

Sillas eléctricas de exterior/ interior: Son más grandes y robustas, con mayor autonomía y ruedas más grandes y con suspensión. Suelen tener un chasis fijo que otorga más robustez, también son más pesadas. Pueden adquirir diferentes velocidades, 6, 10 o 12km/h.



Sillas eléctricas de exterior o Scooters: De gran tamaño y robustez.

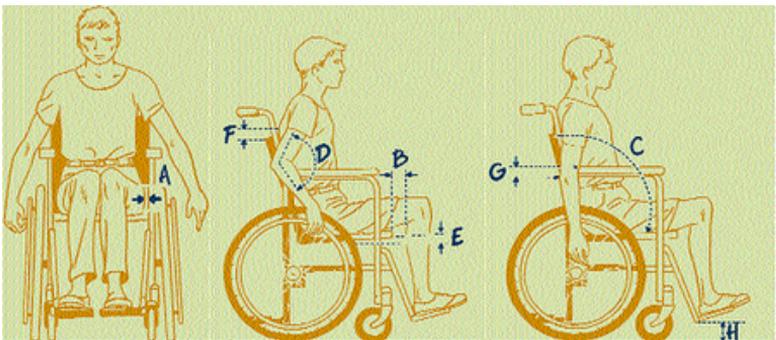


¿Qué más tengo que tener en cuenta?

Las medidas de una silla son muy importantes, un aspecto básico a tener en cuenta es que deben quedar 5cm a cada lado de la silla al pasar por las puertas.

Las dimensiones más importantes son:

- Holgura del asiento (A): 2,5 cm (dos dedos) entre la silla y los muslos.
- Borde delantero del asiento (B): Entre 3 y 5 cm (aproximadamente 3 dedos) entre el asiento y la parte posterior de la rodilla.
- Inclinación del respaldo-asiento (C): 100-110°, si es regulable se puede adaptar mejor a diferentes actividades.
- Ángulo entre brazo y antebrazo (D): 120° con la mano agarrando la parte más alta del aro propulsor.
- Inclinación del asiento (E): 1-4° hacia atrás. Es importante evitar el deslizamiento hacia delante y evitar que no haya mucha presión sobre el sacro.
- Altura del respaldo (F): 2,5 cm por debajo de la escápula. El respaldo no debe dificultar los movimientos del brazo.
- Altura del reposabrazos (G): 2cm por encima del codo, con este extendido.
- Altura del reposapiés (H): 5cm mínimo, pero es recomendable 10-13 cm para evitar tropiezos.



MEDIDAS IMPORTANTES A TENER EN CUENTA PARA LA COMPRA DE LA SILLA DE RUEDAS

Anota las dimensiones de los lugares donde vas a utilizar la silla

Puertas

Anchura de la puerta más estrecha (baño, despacho...) _____

Anchura del resto de las puertas _____

Anchura la puerta de entrada _____

¿Se pueden abatir todas las puertas completamente? Si no es así medir el espacio de tránsito disponible _____

Pasillo

Anchura del pasillo _____

Ascensor

Existen escaleras de acceso al portal, ¿se suplen con rampa? _____

Anchura del ascensor _____

Longitud del ascensor _____

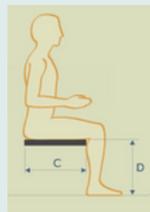
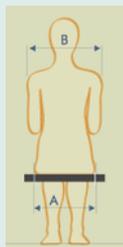
Peso _____

Anchura de caderas (A) _____

Anchura de hombros (B) _____

Longitud del muslo (C) _____

Altura desde detrás de la rodilla a la planta del pie (D) _____



Opción 3

Marca:
Modelo:
Ortopedia
Se pliega.
Válida para
interior
y exterior:
Se pueden
poner
accesorios:
Garantía

Opción 2

Marca:
Modelo:
Ortopedia
Se pliega.
Válida para
interior
y exterior:
Se pueden
poner
accesorios:
Garantía

Opción 1

Marca:
Modelo:
Ortopedia
Se pliega.
Válida para
interior
y exterior:
Se pueden
poner
accesorios:
Garantía