

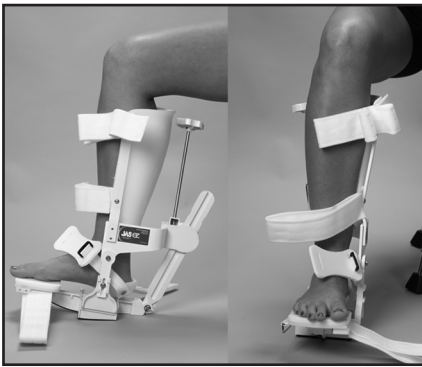
## INSTRUCCIONES DE CALZADO

Es mejor realizar la sesión de terapia JAS estando sentado confortablemente. El aparato puede apoyarse en el piso, o sobre un banquito con una almohada.

**\*NO SE PARE O CAMINE CON EL APARATO PUESTO\***



### PASO 1: COLOQUE EL PIE EN EL APARATO



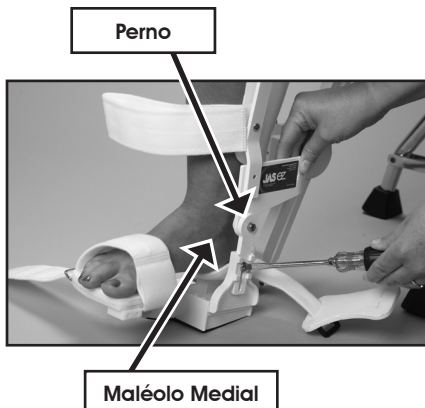
- Afloje las correas.
- Ajuste el ángulo del aparato para que le dé suficiente movimiento.
- Coloque el pie firmemente, asegurándose que el talón toque el talón de la manga.

### PASO 2: AJUSTE EL LARGO



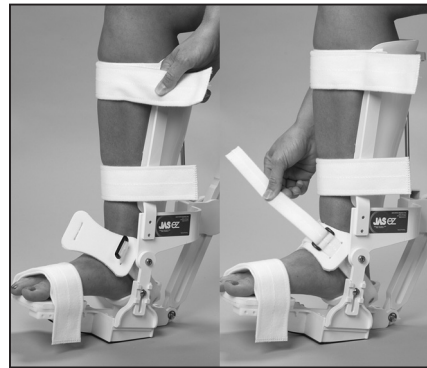
- Afloje la perilla al costado de la bandeja para el pie.
- Ajuste la bandeja para el pie para que la correa quede justo encima de los dedos.
- Vuelva a ajustar la perilla.

### PASO 3: ALINEE EL APARATO CON EL TOBILLO



- Con un destornillador afloje el tornillo del costado del aparato.
- Suba o baje el aparato para que el perno del costado quede justo debajo del maléolo medial (el huesito que sobresale en el tobillo).
- Vuelva a ajustar el tornillo.

### PASO 4: ASEGURE LAS CORREAS



- Asegure todas las correas hasta que las sienta confortablemente ajustadas.
- Asegúrese que el talón esté apoyado contra la manga para el talón.

### PASO 5: COMIENCE LA TERAPIA



- **Flexión dorsal:** Rote la perilla de terapia en el sentido de las agujas del reloj.
- **Flexión plantar:** Rote la perilla de terapia en contra de las agujas del reloj.
- Comience el tratamiento siguiendo el JAS EZ Protocolo, o según las instrucciones de su médico o terapeuta.

Los tensores JAS EZ para ortosis son fabricados especialmente para cada paciente tomando una serie de medidas específicas, de tal manera que los puños de polietileno puedan ser moldeados y cortados para ajustarse con precisión a las dimensiones y anomalías únicas de la extremidad del paciente. De esta manera se garantiza un calce seguro, y se minimiza la posibilidad de irritación del tejido.

Los tensores JAS EZ para ortosis pueden ser prescritos por el profesional médico en una diversidad de protocolos y aplicaciones. Los tensores JAS EZ pueden ser usados como tensores, o como un soporte de apoyo, según lo prescriba el médico. Los médicos tienen la flexibilidad de prescribir tiempos de uso y protocolos de tratamientos más cortos o más largos. Todos los programas deben ser monitoreados y supervisados por el médico supervisor.

## JAS<sup>®</sup> EJEMPLO DE PROTOCOLO DE TRATAMIENTO

**NOTA:** El siguiente protocolo ha sido utilizado con resultados clínicos exitosos. Sin embargo, el tiempo de uso, que incluye la duración y frecuencia del uso, debe ser determinado por el médico que lo prescribe o el practicante que lo supervisa. Si el médico o practicante recomiendan un protocolo diferente, por favor seguir sus instrucciones.

**PASO 1:** Gire la perilla de terapia hasta sentir un estiramiento suave y sin dolor. Nivel 2-3 en la escala de intensidad de estiramiento.

INTENSIDAD DESEADA DE ESTIRAMIENTO										
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
SIN ESTIRAR										DOLOROSO

**PASO 2:** Mantenga el estiramiento durante 5 minutos. Antes de aflojar la perilla, re-evalúe el nivel de estiramiento:

1. Si la intensidad del estiramiento ha disminuido, gire la perilla hasta que sienta que la misma ha vuelto nuevamente al nivel 2-3.
2. Si la intensidad del estiramiento no ha cambiado, déjela en la misma posición.
3. Si la intensidad del estiramiento ha aumentado, gírela en la dirección opuesta hasta que sienta un estiramiento a nivel 2-3.

**PASO 3:** Mantenga el estiramiento por otros 5 minutos.

Repita los pasos 2 y 3 en una serie de seis estiramientos de 5-minutos (sesión de terapia de 30 minutos).

**IMPORTANTE:** Si está comenzando la terapia JAS inmediatamente después de cirugía, quizás necesite empezar con sesiones más cortas (de uno a tres estiramientos de 5 minutos por sesión), debido a los síntomas post-operatorios a los estiramientos pasivos, como hinchazón, dolor, y sensibilidad. Si es así, aumente gradualmente hasta llegar a sesiones de 30 minutos en el correr de dos semanas, según lo vaya tolerando.

**PASO 4:** Cuando haya completado la sesión de 30 minutos, gire la perilla en la dirección opuesta hasta que el estiramiento sea aliviado, y luego quítese el aparato. Quizás sienta cierta rigidez en la articulación luego de la sesión JAS. Con cuidado mueva la articulación hacia atrás y adelante para aliviar la rigidez.

**IMPORTANTE:** Niveles de estiramiento agresivos o dolorosos no son terapéuticos, y dan resultados contraproducentes - mayor rigidez, hinchazón o dolor, y poco o nada de mejoría en el CDM.

**NÚMERO DE SESIONES POR DÍA:** Para obtener resultados óptimos se sugiere realizar tres sesiones de 30 minutos en cada dirección por día. Comience con una sesión de 30 minutos por día, y agregue una sesión más cada 3-5 días según las tolere, hasta llegar a 3 sesiones en cada dirección por día. Espere de 45 a 60 minutos entre cada sesión de tratamiento JAS.

**ADVERTENCIA:** Si con el uso del aparato JAS EZ experimenta hinchazón, insensibilidad o irritación, deje de utilizarlo y llame a su médico.

### APOYO TÉCNICO

Para recibir asistencia técnica o por cualquier pregunta que tenga con respecto a su aparato JAS, llame gratis al (800) 879-0117.



**Joint Active Systems, Inc.**

2600 South Raney • Effingham, IL 62401

TEL: (217) 342-3412 or (800) 879-0117

Email: [info@jointactivesystems.com](mailto:info@jointactivesystems.com)

[www.jointactivesystems.com](http://www.jointactivesystems.com)

Covered by one or more US patents. Other patents pending.  
Licensed in the State of Illinois.