

BASE PARA REEDUCACIÓN DE TOBILLO - F.40/42

Base mecanizada graduable, especialmente indicada para la reeducación del tobillo.

Puede conseguirse la flexión plantar, dorsi-flexión, rotación interna y rotación externa.

Para la oposición de resistencia se acompañan las siguientes pesas: 3 de 2 k, 1 de 1 k, y 1 de 1/2 k.

De construcción metálica, rematada en cromo y poliéster.

OPCIONAL: ASIENTO PARA BASE DE TOBILLO - F.40/42-1

ANKLE MOBILITY BASE – F.40/42

Mechanised adjustable base, especially recommended for re-educating the ankle.

Allowing for plantar flexion, dorsiflexion, internal and external rotation.

For resistance exercises, the following weights are provided:

Three x 2 kg., one x 1 kg. and one x 1/2 kg.

Metal frame with chrome and epoxy finish.

Fireproof upholstery.

OPTIONAL: SEAT FOR ANKLE BASE - F.40/42-1



INSTRUCCIONES DE USO / USER MANUAL

F.40/42



ACCESORIO OPCIONAL :

ASIENTO PARA BASE DE TOBILLO - F.40/42-1

Graduable en altura.
Provisto de soporte porta-pesas.
De construcción metálica, rematado en cromo y poliéster.
Tapicería ignífuga.

OPTIONAL ACCESORIE:

SEAT FOR ANKLE BASE - F.40/42-1

Adjustable height.
Equipped with weights stand.
Metal frame with chrome and epoxy finish.
Fireproof upholstery.



RECOMENDACIONES DE USO:

Aparato para ejercicio de reeducacion de tobillo en sus variantes de flexion plantar, dorsiflexion, rotacion interna y externa.

Los ejercicios deben ser pautados por el fisioterapeuta y serán adaptados según patología y proceso evolutivo del paciente.

Los ejercicios deberán realizarse de forma lenta y controlada.

Ejercicio para flexión dorsal y plantar

Sentados en una silla que nos permita tener la rodilla en unos 90° de flexión, colocamos el pie en el centro y realizaremos movimientos de hacia la flexión y la extensión (hacia adelante y atrás) en toda la amplitud posible intentando no mover la rodilla en la medida de lo posible. También los haremos hacia los lados a través del movimiento del tobillo

Ejercicio para pronación y supinación lateral

Partiendo de la posición básica del ejercicio anterior intentaremos llevar los laterales del plato hasta casi tocar con el suelo (con en el ejemplo de la foto). Para ello es importante realizarlo con un movimiento de tobillo y no a través de la rodilla, que intentaremos mantener fija.

Ejercicio para circunducción

Realizamos círculos con los pies hacia un lado y hacia otro.

NOTA: En caso de que alguno de los ejercicios aumentara o produjera dolor o inflamación excesiva, deberá suspenderse y preguntar al fisioterapeuta.

RECOMMENDATIONS OF USE

Apparatus for ankle exercise rehabilitation in their variations of plantar flexion, dorsiflexion, internal and external rotation.

The exercises must be ruled by the physiotherapist and be adapted by pathology and evolutionary progress of the patient.

The exercises must be done slowly and in a controlled way.

Exercises for dorsiflexion and plantar flexion

Sitting in a chair that allows us to have the knee in 90 degrees of flexion, put your foot on the center and will make movements into flexion and extension (forward and backward) throughout the possible range, trying not to move the knee as far as possible. we will also make the movement sideways through the movement of the ankle.

Exercise for lateral pronation and supination

Starting from the basic position of the previous exercise, try to bring the sides of the bowl almost to the ground (as in the example of the photo). For that it is important to do with a movement of the ankle and not through the knee, which we will try to maintain fixed.

Exercise for circumduction

We will make circles with the feet from one side to another.

NOTE: if any of the exercises increase or produce excessive pain or swelling, should be stopped and ask the therapist.



APARATOS Y DISPOSITIVOS
PARA APLICACIONES TERAPEUTICAS

ORTOTECSA

ORTOTECSA, S.L.

C/.Peña de Francia,8 (28500) Arganda del Rey
MADRID (España)

Tlf: +34 918 719 132 / Fax: +34 918 719 323

E-mail: info@ortotecsa.com

Web: www.ortotecsa.com