



PRIM *Fisioterapia y Rehabilitación*



MESA DE MANOS UNIVERSAL, CÓD: 501662

MESA DE MANOS BÁSICA, CÓD: 501971

Manual de Usuario

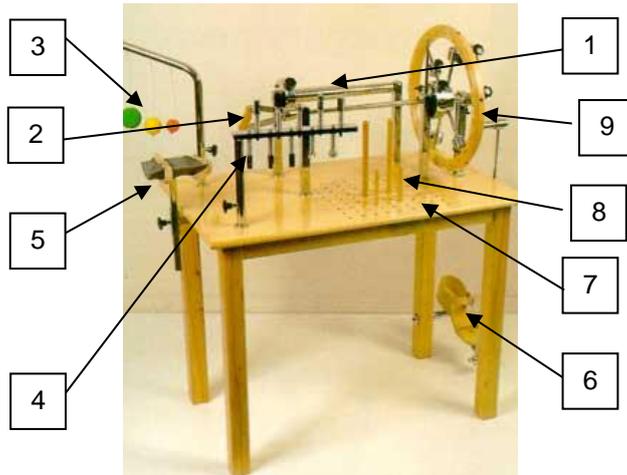
ÍNDICE:

1. **Componentes de las mesas de manos.**
2. **Indicaciones**
3. **Contraindicaciones**
4. **Instrucciones de utilización.**
5. **Advertencias.**
6. **Versiones.**
7. **Mantenimiento.**
8. **Descripción técnica.**

1. COMPONENTES DE LAS MESAS DE MANOS

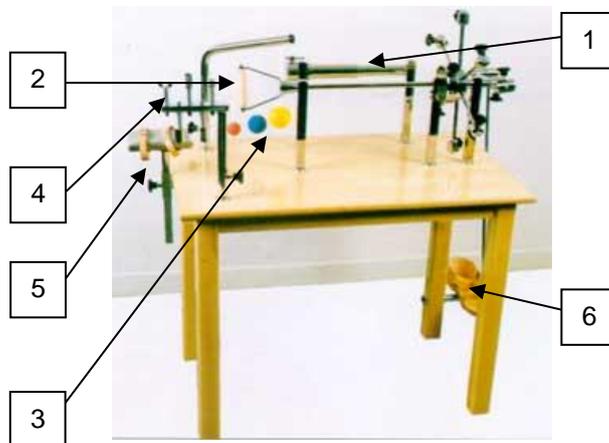
Mesa de manos universal:

1. Prono-supinador.
2. Flexo-extensor.
3. Juego de pelotas (3)
4. Doble juego de tornillos (10)
5. Soporte de brazo
6. Pedal flexo-extensor
7. Tablero canadiense 9 x 9 orificios.
8. Palillos cónicos (4)
9. Rueda de inercia graduada



Mesa de manos básica:

1. Prono-supinador.
2. Flexo-extensor.
3. Juego de pelotas (3)
4. Doble juego de tornillos (10)
5. Soporte de brazo
6. Pedal flexo-extensor



2. INDICACIONES.

Las mesas de manos se utilizan en la Cinesiterapia Activa Resistida para la rehabilitación de las extremidades superiores y del tobillo.

Las mesas de manos son equipos complejos compuestos de diversos aparatos para realizar diferentes tipos de ejercicios (el ejercicio realizado por cada aparato se explica detalladamente en las instrucciones de utilización) los objetivos de estos ejercicios son los siguientes:

- ⇒ Recuperar o mantener el tono muscular.
- ⇒ Incrementar la potencia muscular (hipertrofia).
- ⇒ Aumentar la resistencia muscular (realizando ejercicios repetitivos).
- ⇒ Mantener o recuperar el trofismo muscular.
- ⇒ Conservar o recuperar la amplitud de los movimientos articulares.
- ⇒ Evitar rigideces articulares.
- ⇒ Mejorar la coordinación neuromuscular.
- ⇒ Aumentar la destreza y velocidad del movimiento.

Debido a todos estos efectos la cinesiterapia activa está indicada en procesos patológicos del aparato locomotor:

- ⇒ Musculares (Atrofias, hipotonías, espasmos, contracturas).
- ⇒ Articulares: (Artropatías reumáticas, periartrosis, rigideces, secuelas postraumáticas).

3. CONTRAINDICACIONES.

- ⇒ Anquilosis articulares.
- ⇒ Fracturas recientes.
- ⇒ Casos en los que no exista colaboración por parte del paciente (por falta de voluntad o por un proceso patológico).
- ⇒ Procesos infecciosos o inflamatorios en plena actividad evolutiva.

4. INSTRUCCIONES DE UTILIZACIÓN.

Generalidades:

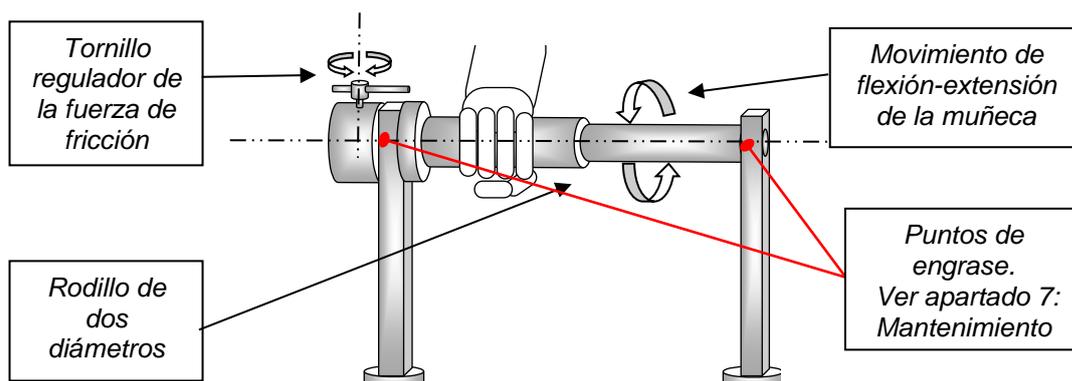
- ⇒ Lea cuidadosamente este manual antes de utilizar el equipo.
- ⇒ Este equipo debe ser utilizado siguiendo las indicaciones de un **facultativo especialista**.

Instrucciones de utilización:

- ⇒ Las mesas de manos no necesitan instalación previa.
- ⇒ Las mesas de manos están compuestas de diferentes aparatos para realizar diversos tipos de ejercicios, a continuación vamos a describir uno a uno dichos aparatos:

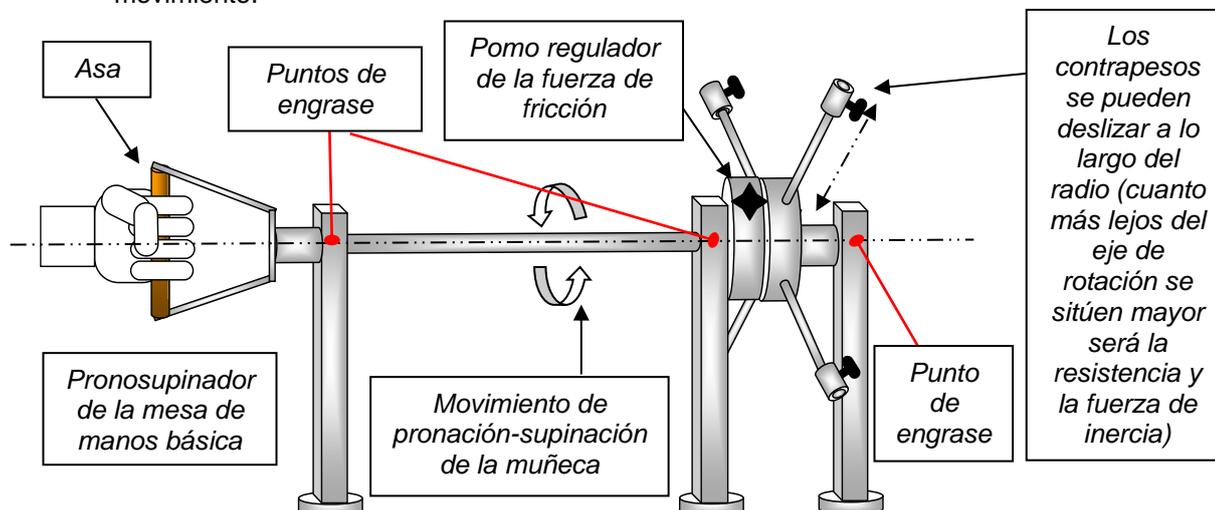
⇒ Flexo-extensor:

Este aparato dispone de un rodillo de dos diámetros para adaptarse a distintos tamaños de la mano. El paciente debe tomar el rodillo con la mano y realizar el movimiento de flexión-extensión de la muñeca siguiendo el eje de rotación del aparato. Se puede controlar la fuerza de fricción (la fuerza que se opone al movimiento) a través de un tornillo regulador.

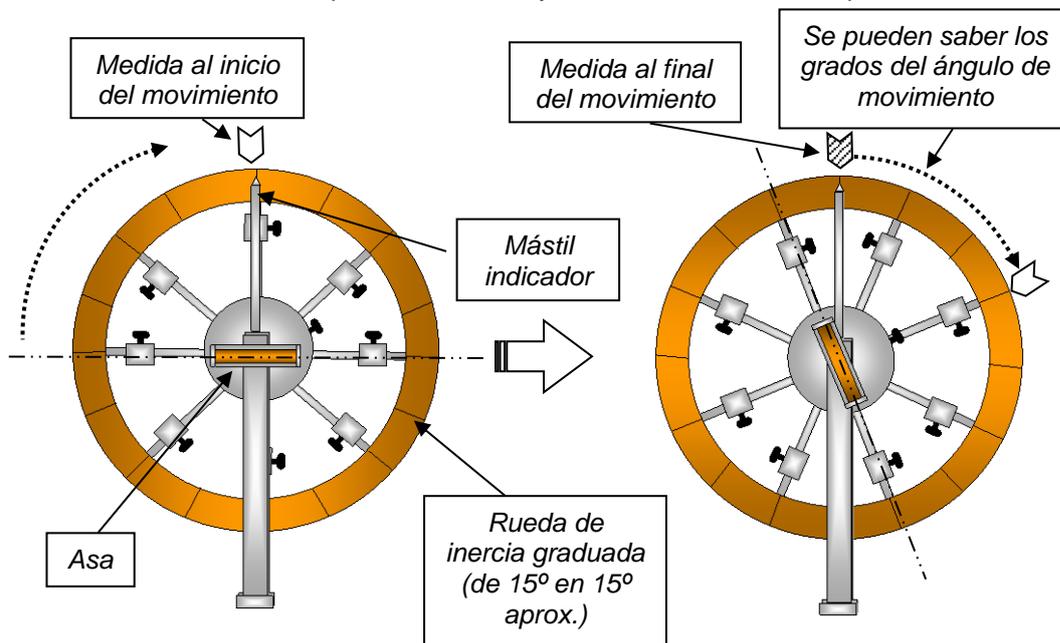


⇒ Prono-supinador

El paciente debe tomar el asa con la mano y realizar el movimiento de pronación-supinación del antebrazo. Este aparato también dispone de un sistema de fricción regulable fácilmente con un mando. En la parte opuesta al asa hay un sistema de radios con contrapesos para regular la resistencia y la fuerza de inercia del movimiento.

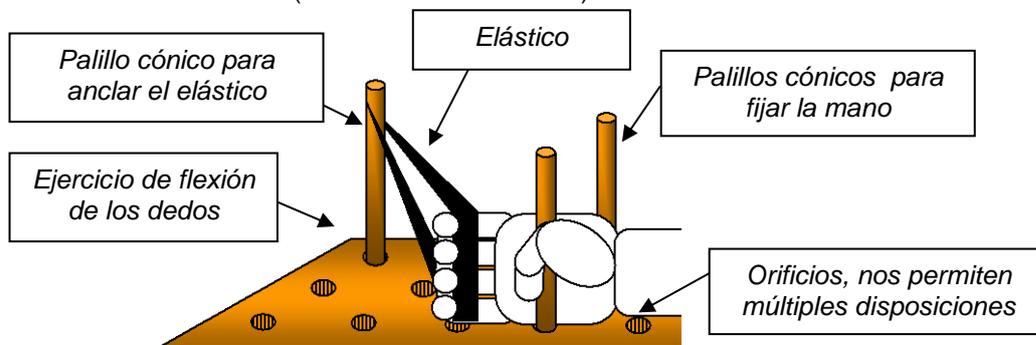


El pronosupinador de la mesa de manos universal está conectado a una rueda de inercia graduada que dispone de 6 radios con contrapesos para regular la fuerza de inercia. Cuando se realiza el movimiento de pronosupinación del antebrazo, se puede medir la amplitud que tiene el movimiento (de manera aproximada) con el mástil indicador, esto nos permite controlar y evaluar la evolución del paciente.

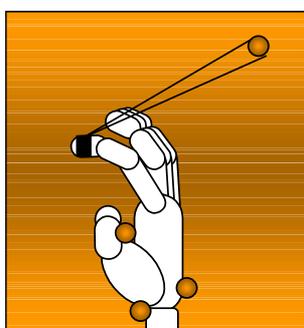


⇒ **Tablero canadiense (solo disponible en la mesa de manos universal)**

Es la zona "agujereada" de la mesa de manos, está formada por 9 x 9 agujeros en los cuales se pueden introducir los palillos cónicos en la disposición adecuada para realizar ejercicios con los dedos contra la resistencia de elásticos (no incluidos en la mesa).



El tablero canadiense nos permite múltiples posibilidades de ejercicios (siempre se deben seguir las indicaciones de un facultativo especialista), a continuación vamos a mostrar algún ejemplo:

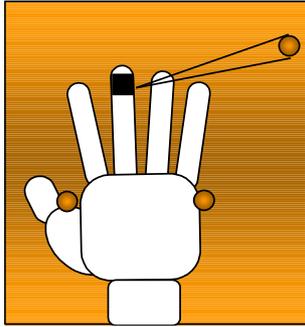


Ejercicio de enrollamiento de los dedos:

- ⇒ Mano derecha apoyada en posición dorsal.
- ⇒ Palillos de fijación en la cara dorsal del carpo y en la cara palmar de los metacarpianos.
- ⇒ Palillo de anclaje del elástico en posición dorsal.

El paciente efectúa la flexión del dedo hacia la palma de la mano contra la resistencia del elástico que está situado en la 1ª falange. Este ejercicio se puede realizar con todos los dedos y en amplitudes diferentes

Si el palillo de fijación de los elásticos se coloca en posición palmar la resistencia del elástico sería contra la extensión de los dedos



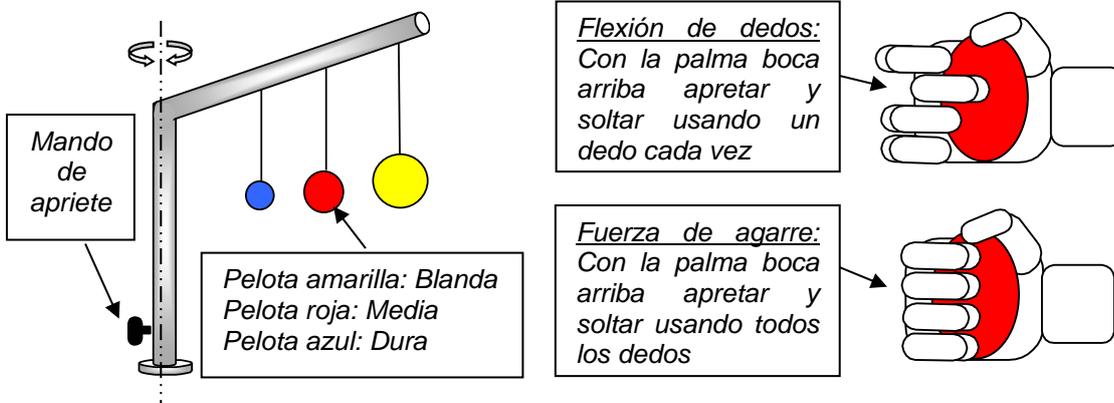
Ejercicio para el 2ª interóseo dorsal.

- ⇒ Cara palmar sobre la mesa, con los dedos ligeramente separados.
- ⇒ Palillos de fijación en el borde cubital de 5º metacarpiano y en borde radial del 2º metacarpiano.
- ⇒ Palillo de anclaje del elástico frente al borde cubital de la mano.

El paciente realiza el movimiento de inclinación radial del dedo mayor contra la resistencia de un elástico fijado a su extremo.

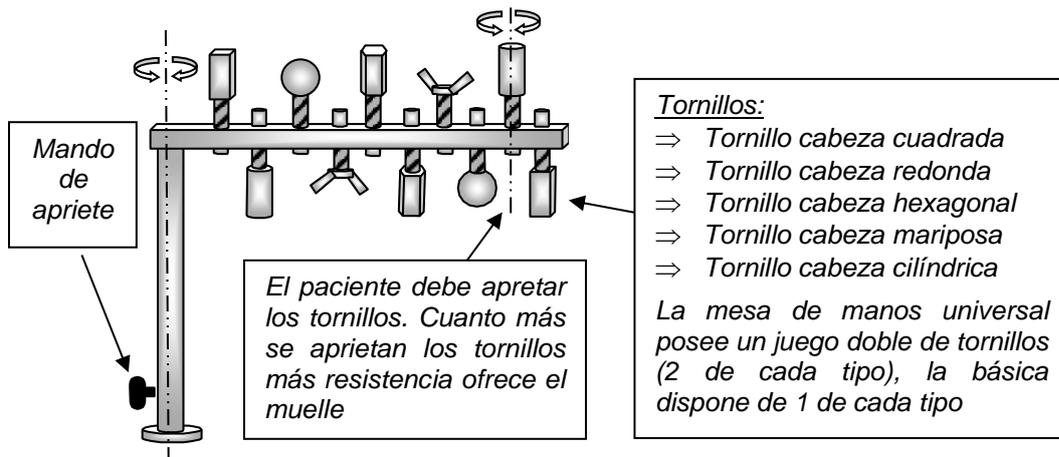
⇒ **Juego de pelotas:**

Las mesas de manos disponen de un juego de tres pelotas de diferentes tamaños y durezas que cuelgan de un soporte que dispone de un mando de apriete para poder cambiar su orientación en la mesa. Este aparato se utiliza para realizar ejercicios con las manos y brazos, aunque a continuación se muestran algunos ejemplos, se deben realizar los ejercicios indicados por el facultativo especialista.



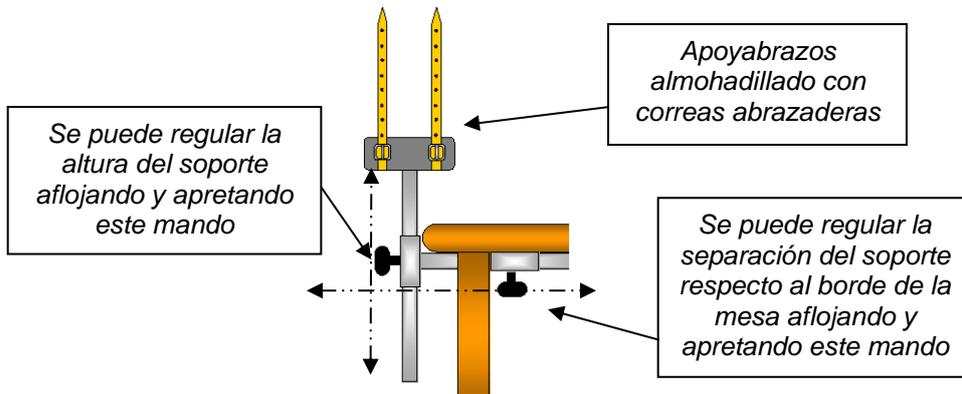
⇒ **Juego de tornillos:**

Las mesas de manos disponen de un juego de tornillos que se sitúan en un soporte que se puede mover mediante un mando de apriete. Los tornillos disponen de cabezas de diferentes tipos y de un muelle para ofrecer resistencia.



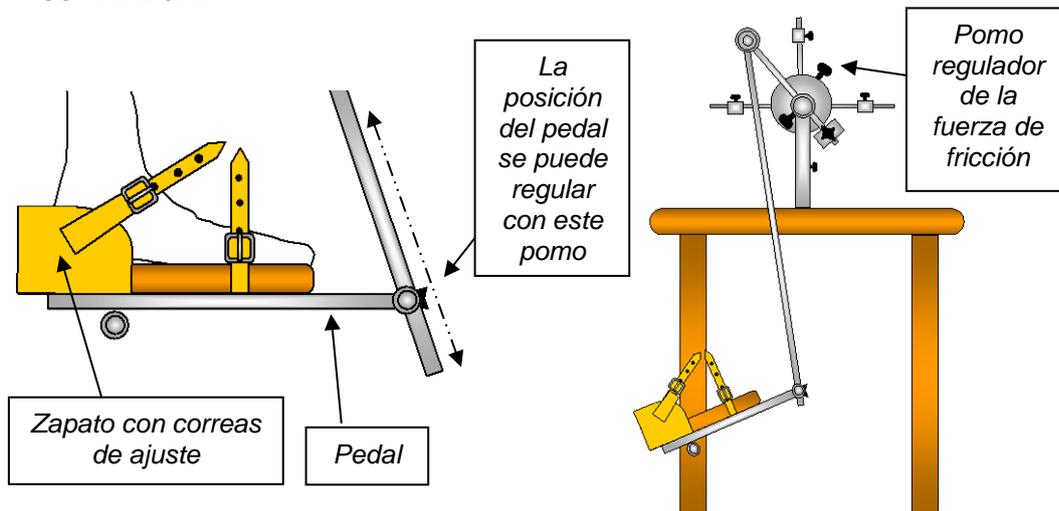
⇒ **Soporte de brazo:**

En el borde de las mesas de manos se sitúa un soporte regulable y almohadillado para apoyar y fijar el brazo.

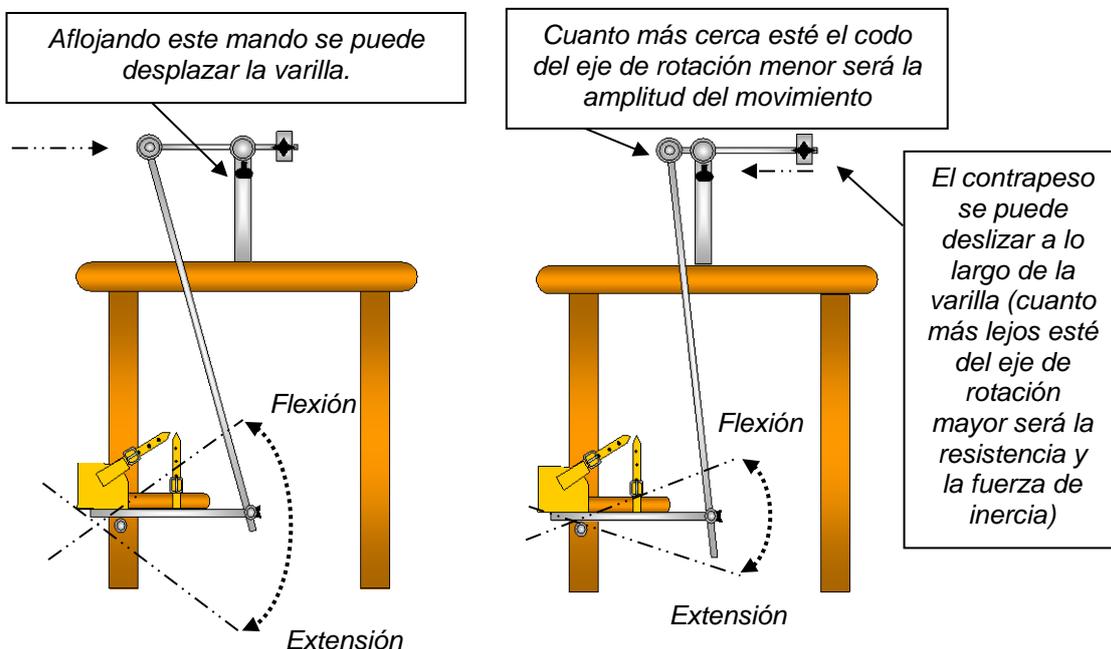


⇒ **Pedal:**

Este aparato está indicado para realizar ejercicios de flexión-extensión del tobillo y está formado por un pedal y un zapato, el paciente debe estar sentado e introducir el pie en el zapato y ajustárselo con las correas del tobillo y empeine. Se puede regular la fuerza de fricción con el mismo pomo regulador que para el PRONO-SUPINADOR.



Se puede regular la amplitud del movimiento del aparato. Además dispone de un peso regulable para ejercer resistencia y fuerza de inercia.



En la mesa de manos universal, el pedal está conectado a la rueda de inercia, por lo tanto se puede medir la amplitud del movimiento articular de la misma forma que con el prono-supinador.

5. ADVERTENCIAS

- ⇒ Cuando se utilicen el prono-supinador o el pedal flexo-extensor se debe tener en cuenta que están conectados entre sí, es decir, cuando se utiliza el prono-supinador, además de la rueda de inercia, se mueve simultáneamente el pedal y viceversa, además, el mando para regular la fricción es común para los dos aparatos.
- ⇒ Para evitar el atrapamiento o aprisionamiento de dedos y manos se hacen las siguientes recomendaciones:
 - No utilizar dos aparatos simultáneamente.
 - No tocar los aparatos cuando otra persona los esté utilizando.
 - Los aparatos que se puedan girar o mover (juego de pelotas, juego de tornillos) se deben orientar a zonas con el suficiente espacio para realizar los ejercicios.
 - Tener precaución al utilizar y regular los aparatos.
- ⇒ Algunos componentes del equipo son NO ignífugos, por lo que se recomienda no utilizarlo en ambientes con excesivo calor, fuego o radiaciones

6. VERSIONES

PRIM, S.A. suministra dos versiones de la mesa de manos

Código	Referencia	Producto
501662	JL-10402	Mesa de manos universal
501971	JL-10406	Mesa de manos básica

7. MANTENIMIENTO

- ⇒ Se recomienda una limpieza periódica (diaria o semanal) de la mesa de manos con un paño húmedo utilizando agua o un líquido limpiador casero no abrasivo.
- ⇒ El aparato dispone de depósitos de grasa para lubricar, cada 6 meses o cuando note que el movimiento es mas duro y costoso, se debe rellenar el depósito con grasa de litio por los puntos de engrase indicados, utilizando una bomba manual.

8. DESCRIPCIÓN TÉCNICA

Mesa de manos universal:

- ⇒ Medidas: 100 x 60 x 130 cm
- ⇒ Peso: 50 kg
- ⇒ Materiales:
 - Mesa y rueda de inercia fabricadas en madera de haya barnizada.
 - Aparatos de rehabilitación fabricados en acero cromado.

Mesa de manos básica:

- ⇒ Medidas: 100 x 60 x 130 cm
- ⇒ Peso: 46 kg
- ⇒ Materiales:
 - Mesa fabricada en madera de haya barnizada.
 - Aparatos de rehabilitación fabricados en acero cromado.

Clasificación: Clase I, no estéril, sin función de medición. Este producto cumple con los requisitos del Reglamento (UE) 2017/745 por el que se regulan los productos sanitarios.

Asistencia Técnica: En caso de avería o fallo debe ponerse en contacto con Prim S.A. indicando el código, descripción y nº de lote del aparato.

Cualquier incidente grave relacionado con el producto debe comunicarse al fabricante y a la autoridad competente del Estado miembro en el que estén establecidos el usuario y/o el paciente.

al Servicio de la Salud



PRIM *Fisioterapia y Rehabilitación*



PRIM S.A.
Avenida del Llano Castellano 43, planta 3
28034 Madrid, España
Teléfonos: 91 334 25 86
Fax: 913 342 517
e-mail: info.fisioterapia@prim.es
www.prim.es

