

Conducir después de una lesión de la médula espinal

Octubre de 2015

www.msctc.org/sci/factsheets

Hoja informativa sobre las lesiones de la médula espinal

Esta hoja contiene información y recursos sobre las medidas que puede tomar para volver a conducir después de la lesión de la médula espinal.

Lo que usted necesita saber

- Es posible que usted pueda volver a conducir sin peligro. Todo depende de la gravedad de la lesión y del grado de funcionamiento que haya recuperado.
- Si puede conducir, quizá tenga que comprar un vehículo que se adapte a las necesidades específicas que tenga después de la lesión.
- Los vehículos se pueden modificar con equipos especiales que se denominan “adaptaciones técnicas” que le permiten conducir sin peligro después de la lesión.
- Estos equipos pueden ser caros. El costo depende del funcionamiento que usted tenga y del tipo de equipos que requiera.
- Antes de volver a conducir tiene que tomar medidas específicas. Hay recursos que le ayudarán a lograrlo.

¿Cómo sé si puedo conducir de nuevo?

El tiempo que haya transcurrido desde la lesión es un factor muy importante para decidir si puede conducir de nuevo y cómo puede lograrlo. Quizá observe bastante mejoría en sus capacidades varias semanas o meses después de la lesión. Es posible que con el tiempo recupere algunas funciones que le permitan conducir. La cantidad de equipos especiales que necesite y el costo de los mismos podrían disminuir con el tiempo. Esté pendiente de estos signos importantes que indican que está listo para volver a conducir:

Usted podría conducir sin peligro con adaptaciones técnicas en el vehículo. Estos equipos pueden ser costosos. El costo se puede reducir con una evaluación de conducción.

- No necesita narcóticos para controlar el dolor al conducir.
- Su vista es normal o se puede corregir.
- Puede controlar los espasmos y la tensión muscular causados por la lesión.

El médico puede remitirle a un especialista en rehabilitación para la conducción. Este profesional le hará una evaluación completa para determinar si está listo para conducir y si tiene la capacidad para hacerlo.

La evaluación abarcará:

- Información médica, antecedentes de conducción y metas que tiene al volver a conducir
- Vista
- Fortaleza física y amplitud de movimiento
- Capacidad cognitiva (si corresponde)
- Capacidad para entrar y salir del auto
- Facilidades para introducir al vehículo la silla de ruedas u otros dispositivos de asistencia para la movilidad
- Prácticas al volante para ensayar diferentes equipos

El Sistema Modelo de Lesión de la Médula Espinal (Spinal Cord Injury Model System) cuenta con el patrocinio del Instituto Nacional para la Investigación sobre Discapacidad, Vida Independiente y Rehabilitación (NIDRR) de la Administración para la Vida Comunitaria del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos. (Si desea más información, visite <http://www.msctc.org/sci/model-system-centers>).



¿Cómo sé qué tipo de adaptaciones técnicas necesito?

El médico puede remitirle a un especialista certificado en rehabilitación para la conducción (CDRS, por sus siglas en inglés) para que le evalúe. En www.aded.net (sitio web en inglés) puede hallar una lista de estos especialistas y la dirección de cada uno. También puede llamar a la ADED (Asociación de Especialistas en Rehabilitación para la Conducción) al (866) 672-9466.

El especialista puede ayudarle a determinar qué equipos especiales podría necesitar para conducir un vehículo y qué tipo de vehículo se ajusta mejor a sus necesidades. Es posible que este profesional también sepa de fuentes de financiación que le permitan conseguir los equipos que necesita. Por lo general se requiere una remisión del médico para esta evaluación. Si en la zona en que usted vive no hay especialistas en rehabilitación para la conducción, visite www.nmeda.com (sitio web en inglés) y emplee el buscador para hallar la concesionaria más cercana que tenga vehículos para personas con problemas de movilidad. Estas concesionarias están capacitadas para ayudarle a determinar qué equipos necesita. Además, sabrán qué profesionales pueden atender sus necesidades en la zona en que usted vive. El teléfono de NMEDA es (866) 948-8341.

¿Qué tipo de adaptaciones técnicas hay?

Hay adaptaciones técnicas para muchas de las actividades que se asocian con la conducción. Las que usted elija dependerán de sus necesidades.

Entrar y salir del vehículo: Dos de los principales factores que se deben tener en cuenta al volver a conducir después de una lesión de la médula espinal son cómo entrar y salir del vehículo y cómo cargar y descargar el aparato de movilidad que usted tenga, si es el caso.



Ejemplo de elevador de silla de ruedas para camioneta (Foto cortesía de Shepherd Center)

- Es posible que usted pueda pasar de la silla de ruedas al vehículo y luego introducir en el vehículo la silla de ruedas manual sin ayuda.
- Si no puede introducir la silla de ruedas, hay adaptaciones para este fin, como la que se observa a la izquierda.
- Si usted no puede pasar de la silla de ruedas al asiento del conductor de manera independiente y segura, quizá necesite un vehículo que tenga acceso para la silla de ruedas, para que pueda conducirla o empujarla hasta el interior.
- Algunos vehículos modificados le permiten conducir sentado en la silla de ruedas.
- Independientemente del equipo que elija, la silla de ruedas debe estar bien sujeta al interior del vehículo cuando este se encuentre en movimiento.

Control del acelerador y el freno: Hay muchos tipos distintos de controles del acelerador y el freno; los más comunes son los controles manuales, que vienen en muchos tipos de combinaciones de movimiento: de empujar y tirar, de empujar y girar, de empujar y rotar con movimiento oscilante, y de empujar y virar en ángulo recto. El conductor escoge el que le convenga más. El especialista le ayudará a elegir el más adecuado para su lesión o discapacidad. *Los controles se pueden instalar para la mano derecha o la izquierda. En esta foto se observa un control mecánico instalado en el piso para la mano derecha. Se observan también un bloqueador extraíble del pedal del acelerador y un pomo de bola para el control de la dirección.* (Foto cortesía de Shepherd Center)



Control de la dirección: A menudo, el conductor que emplea controles manuales maneja el volante con una mano porque con la otra controla el acelerador. En esta foto se muestra un dispositivo que le permite al conductor controlar la dirección de manera eficiente con una sola mano. El dispositivo puede ir a la derecha o a la izquierda del volante, dependiendo de cuál sea el brazo más fuerte del conductor. El sistema de dirección se puede adaptar también para que el conductor pueda girar el volante empleando menos fuerza mediante un volante más pequeño, un volante electrónico independiente o incluso un volante operado con el pie.



Volante electrónico para la mano derecha.



Palanca electrónica de acelerador y freno para el brazo izquierdo y volante electrónico para el brazo derecho.



Pomo de tres puntas para control de la dirección (para personas con deficiencias de funcionamiento en los dedos)

(Fotos cortesía de Shepherd Center)

¿Cómo puedo pagar lo que cuestan estos equipos?

Las adaptaciones técnicas pueden ser costosas. Un vehículo accesible puede costar cientos de dólares más que uno básico y, según su situación específica, los costos podrían ascender a más de \$100,000. Estos costos abarcan los equipos, la instalación, la capacitación, el seguro y el mantenimiento. Es posible que usted consiga ayuda para pagarlos. Estas son algunas de las opciones:

- El programa de rehabilitación vocacional del estado en que usted vive podría ayudarle a comprar un vehículo, equiparlo y aprender a usarlo. Este programa beneficia normalmente a personas que piensan volver a los estudios o al trabajo y que necesitan equipos costosos de tecnología avanzada o un vehículo con acceso para silla de ruedas.
- La mayoría de las compañías automotrices ofrecen un reembolso de aproximadamente \$1,000 a personas que compran un vehículo nuevo y reúnen ciertos requisitos. Para beneficiarse de estos reembolsos generalmente hay que acatar restricciones respecto a los equipos que se pueden comprar.
- El Programa de Indemnización para Víctimas de Delitos (*Crime Victims' Compensation Program*) podría ayudarle si usted fue víctima de un delito (herida con arma de fuego, accidente causado por conductor ebrio, delito violento). Si desea más información, visite <http://victimsofcrime.org> (sitio web en inglés) o llame al (202) 467-8700.
- El estado en que usted vive podría tener un fondo fiduciario que le ayude. Por ejemplo, la Comisión Fiduciaria de Georgia para Lesiones Cerebrales y de la Médula Espinal (*Georgia Brain and Spinal Injury Trust Fund Commission*) ayuda a residentes de Georgia a cubrir costos que el seguro no cubra en relación con discapacidades, entre ellos, la compra o modificación de un vehículo. Si desea más información, visite <http://www.ciclt.net/bsitf> (sitio web en inglés).
- HelpHOPELive organiza recaudaciones de fondos para ayudar a cubrir los gastos médicos de personas que han tenido lesiones trágicas si el seguro no los cubre. Si desea más información, visite <http://www.helphopelive.org/about/> (sitio web en inglés).
- El Departamento de Asuntos de Veteranos de los Estados Unidos (VA, por sus siglas en inglés) ofrece subvenciones a veteranos de las fuerzas militares que han quedado discapacitados por una enfermedad o lesión relacionada con el servicio militar, o a consecuencia de la terapia, la rehabilitación o los tratamientos médicos proporcionados por el Departamento. Si desea más información, visite <http://www.va.gov/> (sitio web en inglés).

¿Cuál es el mejor momento para comenzar?

Lo más importante es comenzar en el momento adecuado. Dedique tiempo para reunir toda la información necesaria. Es posible que su cuerpo necesite tiempo para adaptarse a los efectos de la lesión de la médula espinal. Por ejemplo, el funcionamiento motor podría ser diferente al mes de haber tenido la lesión que pocos o varios meses después. Le encarecemos que se tome el tiempo que necesite después de la lesión para someterse a una evaluación con un especialista certificado en rehabilitación para la conducción (CDRS). Esta persona evaluará sus destrezas y le ayudará a determinar qué vehículo y equipos necesitará. Si requiere silla de ruedas, es importante que coordine la adquisición de la nueva silla según sus planes de volver a conducir y que la adquiera antes de comprar el vehículo, para que pueda escoger un vehículo que sea adecuado para usted y compatible con la silla.

Recuerde que un vehículo adaptado puede ser costoso. Es importante que entienda bien sus necesidades antes de hacer cualquier compra. No se sienta obligado a tomar decisiones rápidas. Apresurarse a comprar casi siempre se traduce en que el vehículo adecuado resulta más caro de lo que habría costado si se hubiera hecho una evaluación completa en el momento preciso. Si el vehículo que compró no se puede adaptar a sus necesidades, se pierde tiempo y dinero en venderlo y en comprar un vehículo bien escogido.

Autores

La hoja informativa "Conducir después de una lesión de la médula espinal" (*Driving after Spinal Cord Injury*) fue preparada por John Anschutz en colaboración con el Model Systems Knowledge Translation Center.

Fuente: La información de salud de esta hoja se basa en resultados de investigaciones y en el consenso profesional y ha sido revisada y aprobada por un equipo editorial de expertos de los Sistemas Modelo de Lesiones de la Médula Espinal (*Spinal Cord Injury Model Systems*).

Descargo de responsabilidad: La presente información no tiene por objeto reemplazar los consejos de un profesional médico. Consulte a su profesional de la salud sobre tratamientos o cuestiones médicas específicas. El contenido de esta hoja informativa se preparó gracias a la subvención 90DP0012 del Instituto Nacional para la Investigación sobre Discapacidad, Vida Independiente y Rehabilitación (NIDILRR). Sin embargo, este contenido no representa necesariamente las pautas del Departamento de Salud y Servicios Humanos y usted no debe suponer que cuenta con la aprobación del gobierno federal.

© 2015 Model Systems Knowledge Translation Center (MSKTC). Puede reproducirse y distribuirse libremente si se mencionan las fuentes pertinentes. Debe obtenerse permiso para su inclusión en materiales por los que se cobre una cuota.