

Información sobre cómo usar el cuestionario de los Aspectos de las Pruebas de Movilidad de la Silla de Ruedas (AWMT por sus siglas en inglés)

Los AWMT pueden usarse para **comparar la movilidad facilitada por dos o más tipos de sillas de ruedas** o sillas de ruedas con modificaciones. Cada participante hace este ejercicio en dos o más tipos de sillas de ruedas o tipos de pistas. Para cada pista en cada silla de ruedas, **se registra la distancia recorrida en cuatro minutos y el participante responde una pregunta.**

Los AWMT pueden utilizarse con usuarios de sillas de ruedas que pueden auto-impulsarse manualmente o con la ayuda de un asistente.

Configuración de la pista: cualquiera de las siguientes pistas puede usarse sola, o todas se pueden usar juntas para tener una idea más completa de la movilidad comparativa. Se eligieron estos tipos de pistas porque los aspectos del diseño de la silla de ruedas afectan la movilidad de manera diferente para cada uno de las superficies. Por ejemplo, las sillas de ruedas que ruedan fácilmente sobre superficies lisas/planas pueden no hacerlo en superficies irregulares.

- Para configurar una pista de superficie lisa/plana. En una superficie interior lisa, mida una pista en un pasillo o alrededor del perímetro de una habitación grande. La pista debe tener entre 15 y 50 metros de longitud. Coloque conos o un marcador en los puntos de giro de la pista. Mida la pista alrededor de los conos a una distancia que una silla de ruedas pueda girar sin golpear los conos. El punto de partida es junto a uno de los conos.
- Para configurar una pista de espacios estrechos. En una superficie interior lisa, coloque cuatro sillas a 1 metro de distancia y a 1 metro de la pared. La pista es una "figura en forma de ocho" alrededor de las dos sillas del medio. Coloque cinta adhesiva en el piso para marcar la ubicación de las sillas y para marcar el punto de partida entre las dos sillas del medio. Mida la pista recorriendo en una figura en forma de ocho alrededor de las dos sillas del medio, comenzando desde el punto de partida entre las dos sillas.
- Para configurar una pista en una superficie irregular. Busque una superficie exterior como las superficies que utilizan los usuarios locales de sillas de ruedas en su vida diaria. Establezca la pista allí. La pista debe tener entre 15 y 50 metros de longitud. Ponga conos o marcadores en cada punto de giro. Mida la pista alrededor de los conos a una distancia que una silla de ruedas pueda girar sin golpear los conos. El punto de partida es junto a uno de los conos.
 - Para obtener una superficie más controlada y descriptible, considere utilizar Unidades Modulares de Superficies Irregulares (Modular Rough Surface Units), como se describe en www.letu.edu/wheels

Equipo necesario

- Preguntas para el participante sobre cada pista utilizada.
- Cronómetro o temporizador para medir los cuatro minutos con precisión.
- Rueda de inspección o cinta métrica larga para medir la distancia recorrida con precisión.

Antes de comenzar

- Confirme que cada pista que utilizará esté configurada correctamente.
- Mida la distancia de una vuelta de cada pista.
- Confirme que las sillas de ruedas que se utilizarán estén en buen estado y que los neumáticos estén inflados correctamente.

Características de los participantes

- Los participantes no deben estar enfermos o lesionados.
- Los participantes no deben haber comido nada pesado en las 2 últimas horas; una comida ligera es aceptable.
- Los participantes no deben haber hecho ejercicio forzado en las últimas 2 horas.
- Los participantes deben tener la salud, el tamaño, el diagnóstico, las habilidades y las características para recorrer durante cuatro minutos las pistas que se usarán, de manera segura con las sillas de ruedas que se comparan.

Instrucciones para la recolección de datos (los puntos 4 y 5 a continuación están influenciados por las instrucciones para la prueba de caminata cronometrada)

1. El participante debe sentarse en reposo durante cinco minutos. Durante este tiempo, explique el propósito de la prueba y describa lo que hará.
2. Si va a utilizar más de una pista, tome el pulso del participante después de que haya estado sentado en reposo por cinco minutos. Antes de comenzar cada pista, vuelva a tomar el pulso del participante. No haga que el participante comience ninguna pista hasta que su pulso haya regresado a 5 latidos/min de su pulso original en reposo.
3. Manténgase fuera del camino del participante y cerca de la línea de partida durante la prueba. No camine con el participante.
4. Dígale al participante: **“Voy a mostrarte la pista que vas a seguir. Por favor mira con atención.”** Demuestre caminando una vuelta por la pista usted mismo. **“La meta de esta prueba es ver qué tan lejos puedes rodar durante cuatro minutos a una velocidad cómoda. Puedes desacelerar o detenerte para descansar si es necesario. Debes girar en los marcadores y continuar sin dudar. Voy a llevar a cabo un registro del número de vueltas que completes. Recuerda que la meta es que ruedes por cuatro minutos YENDO TAN LEJOS COMO SEA POSIBLE. ¿Estás listo para hacer esto?** (Espere y escuche la confirmación). Diga, **“Comienza cuando estés listo.”** Tan pronto como el participante comience a rodar, inicie el cronómetro.
5. No hable con nadie mientras el participante está rodando. Observe al participante. No se distraiga o pierda la cuenta de las vueltas que lleva el participante. Cada vez que el participante regresa a la línea de partida, déjele ver al participante que está registrando esa vuelta. Exagere utilizando lenguaje corporal. Utilice un tono de voz estable cuando diga las frases estándares para animar al participante. Después del primer minuto, dígale al participante, **“Lo estás haciendo muy bien. Te quedan 3 minutos.”** Cuando el cronómetro muestre que quedan 2 minutos, dígale al participante, **“Lo estás haciendo muy bien. Ya terminaste la mitad.”** Cuando el cronómetro muestre que queda 1 minuto, dígale al participante, **“Lo estás haciendo muy bien. Solo te queda 1 minuto.”** No utilice otras palabras de aliento (o lenguaje corporal) que sugiera que el participante debe acelerar. Cuando el cronómetro esté a 15 segundos de terminar, diga esto: **“En un momento te voy a decir que te detengas. Cuando lo haga, detente en ese punto y yo me acercaré a ti.”** Cuando se cumplan los cuatro minutos diga esto: **“¡Detente!”** Acérquese al participante. Marque el lugar debajo del eje de la rueda trasera de la silla de ruedas donde se detuvo el participante colocando una pequeña marca en el piso o el suelo. Si el participante se detiene a descansar durante la prueba, dígale, **“continúa cuando te sientas capaz.”** No detenga el cronómetro. Si el participante se detiene antes de que pasen los 4 minutos y no desea continuar, detenga la prueba. Anote el tiempo en que la prueba fue detenida y registre la distancia recorrida. Registre la razón por la cual el participante se detuvo de forma prematura.
6. Mida el número de metros en la vuelta parcial final. Sume la distancia recorrida en las vueltas completadas a la distancia recorrida en la vuelta final parcial, y registre la distancia total recorrida.
7. Tan pronto como haya terminado de medir la distancia recorrida en cuatro minutos, lea en voz alta las instrucciones para responder. Lea la pregunta en voz alta y haga que el participante responda la pregunta para esa prueba. Pídale al participante que haga un comentario.
8. Para obtener una puntuación numérica de una pregunta de escala analógica visual, mida la distancia en centímetros desde el lado izquierdo de la línea hasta la marca vertical que el participante hizo. La calificación más cercana a la marca que hizo el participante le dará una idea de lo que la calificación significó para el participante.