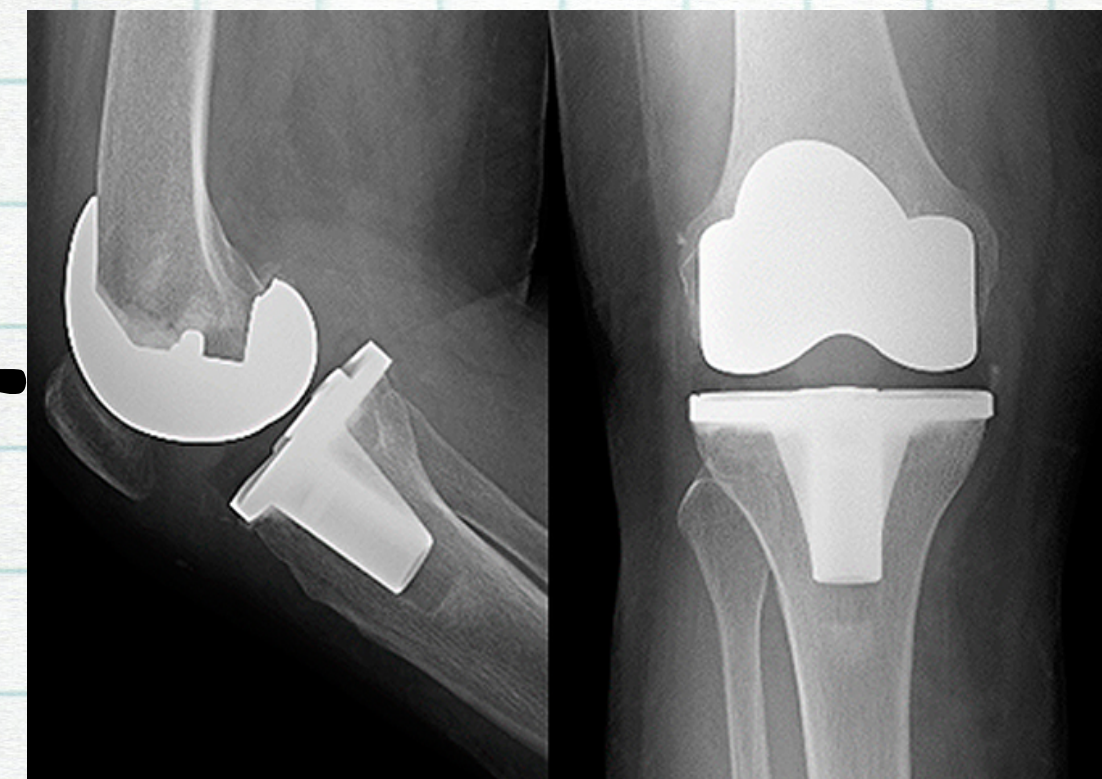


Plan de cuidado

# REEMPLAZO DE RODILLA



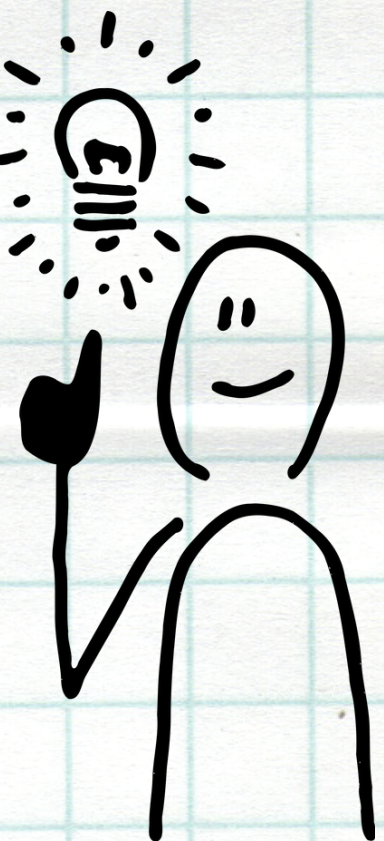


# ¿Qué es un reemplazo de rodilla?

TAMBIÉN CONOCIDO COMO ARTROPLASTIA TOTAL DE RODILLA, ES UN PROCEDIMIENTO QUIRÚRGICO EN EL CUAL SE REEMPLAZA LA ARTICULACIÓN DE LA RODILLA DETERIORADA POR UNA PRÓTESIS ARTIFICIAL. ESTE PROCEDIMIENTO SE REALIZA CON EL OBJETIVO DE ALIVIAR EL DOLOR Y MEJORAR LA FUNCIÓN Y ALINEACIÓN DE LA ARTICULACIÓN EN PERSONAS QUE SUFREN DE ENFERMEDADES DEGENERATIVAS DE LA RODILLA, COMO LA OSTEoartritis

# Indicaciones para un reemplazo de rodilla

- Dolor de articulación.
- Pérdida de la función.
- Patologías asociadas (Artrosis que es la pérdida del cartilago articular o Artritis reumatoidea, gota).
- Secuelas de fractura
- Reconstrucciones oncológicas (tumores)



# ¿Qué puedo esperar de una rodilla artificial?

Eliminar el dolor

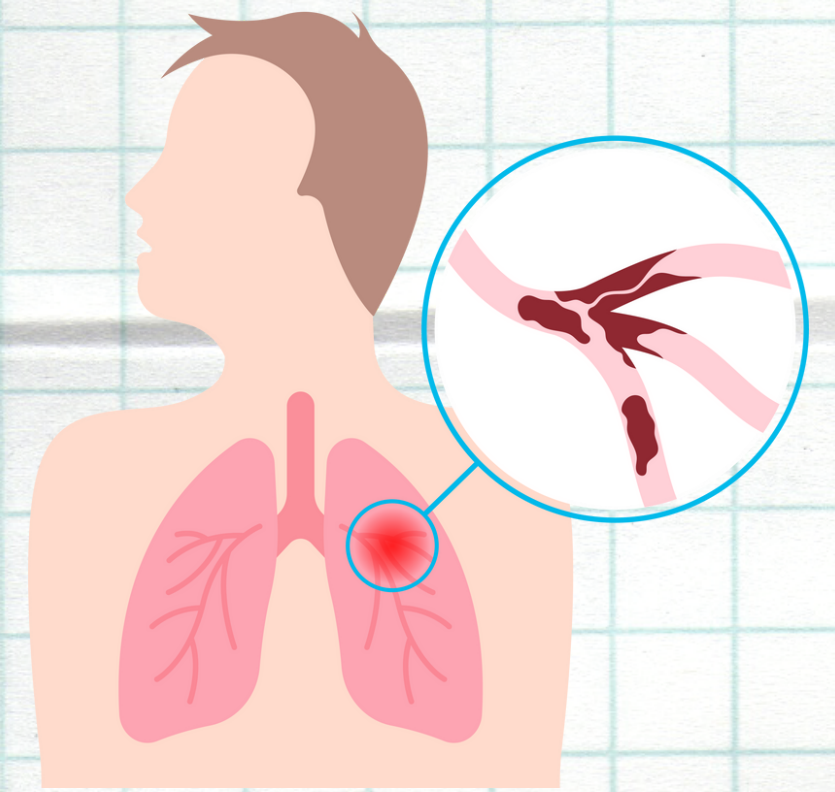
Mejorar la función de la articulación

Corregir deformidades

La calidad de vida será mas óptima porque le permitirá volver a realizar las tareas cotidianas con mayor comodidad



## RIESGOS O COMPLICACIONES



2.

Infección.

Aflojamiento.

3.

Perdida de función (artrofibrosis).

4.

Tromboembolismo pulmonar (Es una enfermedad potencialmente mortal que se produce cuando partes de un trombo se desprenden desde alguna parte del territorio venoso, migra y se enclava en las arterias pulmonares.)

Tromboflebitis. (Es un proceso inflamatorio que hace que se forme un coágulo de sangre que bloquea una o más venas)

Hemorragia.

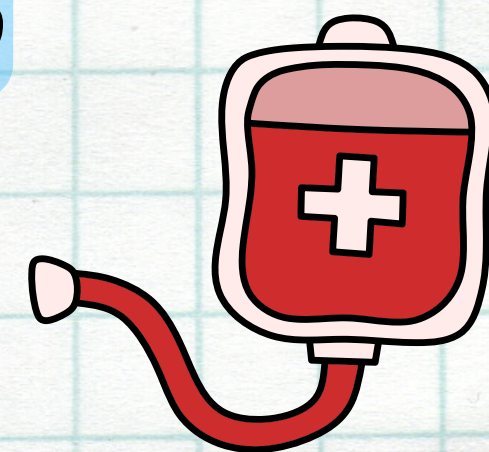
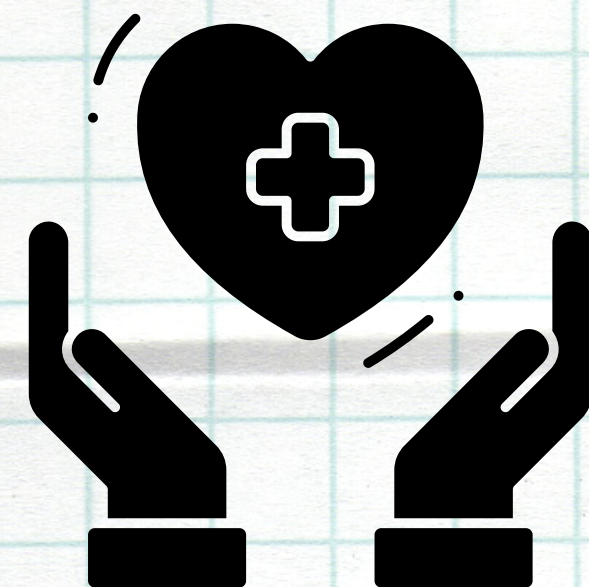
Fractura.

# ¿Cuánto tiempo dura la cirugía?

UN REEMPLAZO TOTAL DE RODILLA PUEDE DURAR ENTRE 1 Y 2 HORAS

# ¿Necesitaré sangre?

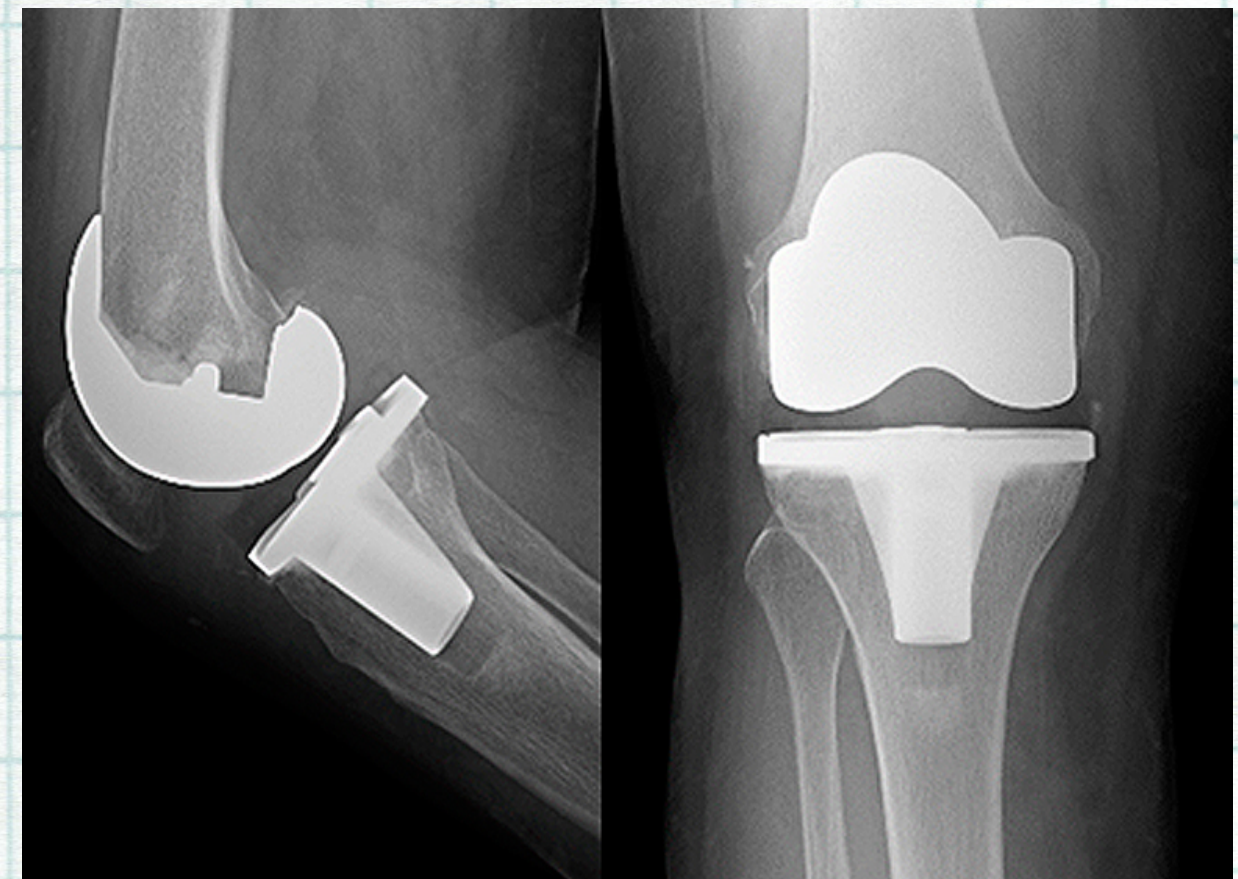
GRACIAS A LAS MEDIDAS TOMADAS EN EL MOMENTO DE LA INTERVENCIÓN QUIRÚRGICA Y LOS MEDICAMENTOS SUMINISTRADOS NO ES NECESARIA LA ADMINISTRACIÓN DE PRODUCTOS SANGUÍNEOS.



# ¿Cuánto tiempo dura una prótesis de rodilla

SE ESTIMA QUE LA DURACIÓN DE LA PRÓTESIS DE LA ARTROPLASTIA VARIA ENTRE LOS 20 Y 25 AÑOS PARA SU POSTERIOR CAMBIO, SIN EMBARGO, LA DURACIÓN DE LA PRÓTESIS VARIA DE FACTORES COMO::

- OBESIDAD
- EDAD
- ESTADO GENERAL
- PATOLOGÍA DE BASE
- CUIDADOS DE LA PRÓTESIS
- CONTROLES MÉDICOS



# Primera fase de recuperación

## MANEJO DE LA SINTOMATOLOGIA

- Analgesia post operatoria en horario y dosis indicada
- Manejo de la escala del Dolor
- Cuidados de la herida

## MOVILIDAD

- Levantamiento mediante indicación fisioterapéutica
- Marcha auxiliar con caminador o bastón

## EJERCICIOS

Realización de masajes estimulantes para la recuperación de la capacidad de la extremidad





# Segunda fase de recuperación

## MOVILIDAD COMPLETA

- Movilización asistida y estiramiento de músculos isquiotibiales.
- Ejercicios isométricos para la fijación de la rótula con su propio peso.

## PROPIOCEPCIÓN

- Ejercicios de propiocepción (es el sentido que nos permite percibir la ubicación, el movimiento y la acción de las partes del cuerpo.) en bipedestación, (mantenerse en pie)
- Ejercicios de mantenimiento del equilibrio.

## REINCORPORACIÓN

- Reincorporación de actividades de la vida diaria.
- Autocuidado
- Terapia física y enseñanza como usar el baño, subir escaleras, sentarse, etc.



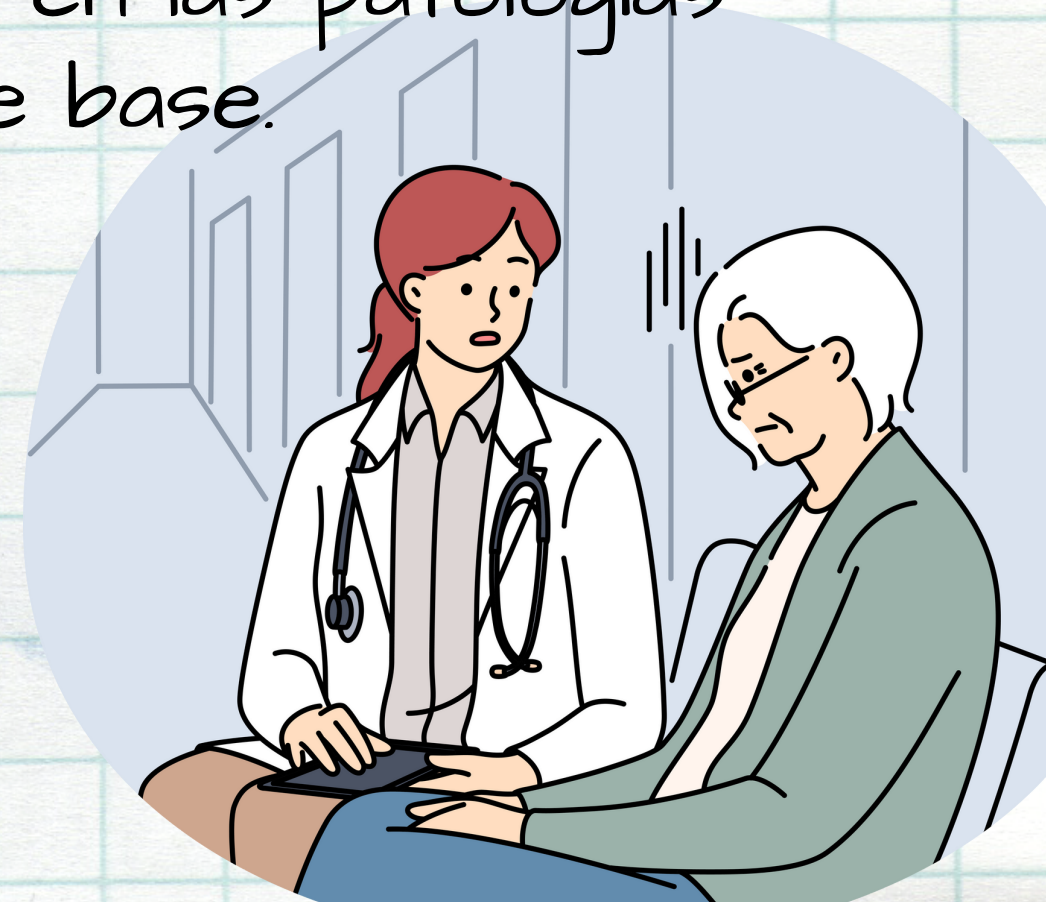
# Tercera fase de recuperación

## RUTINA

- Creación de una rutina para el autocuidado en casa con una alimentación balanceada, consumo de agua suficiente al día.

## RECUPERACIÓN

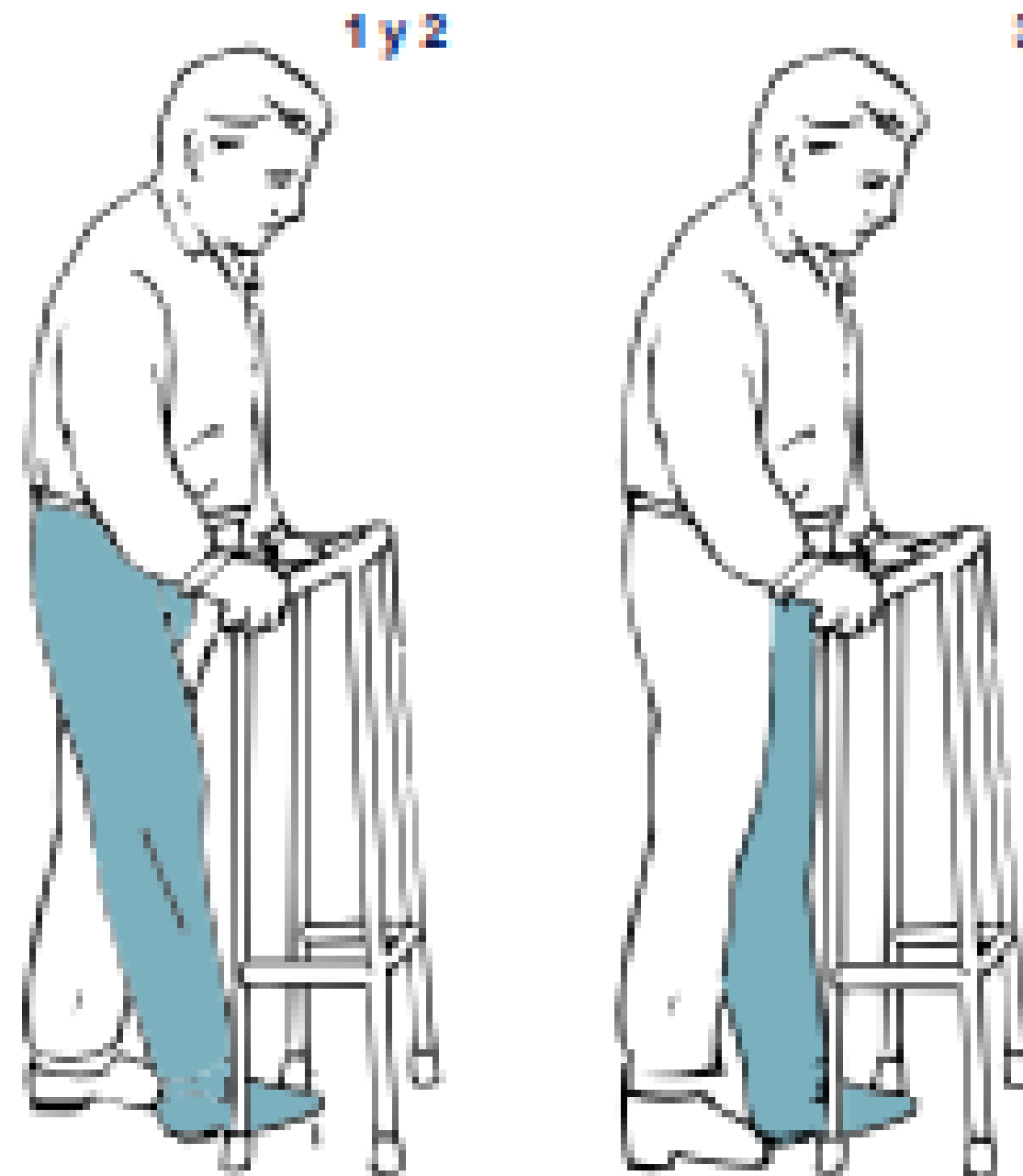
- Realización de los ejercicios prescritos.
- Autocuidado en las patologías de base.



# Cuidados durante las primeras cuatro semanas

Se recomienda utilizar siempre un soporte apropiado para caminar bastón o caminador (si es bastón siempre usarlo en la mano contraria de la rodilla operada)

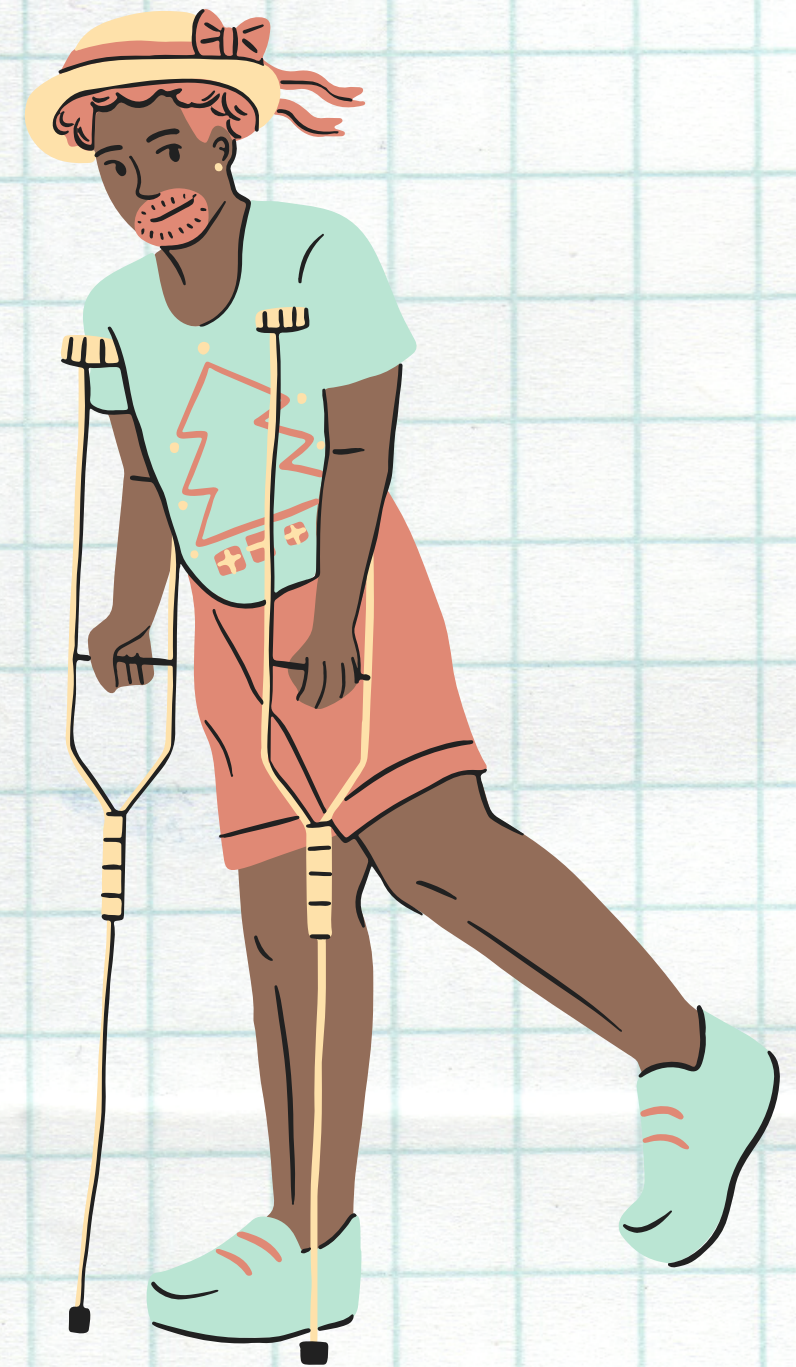
1. Mover el caminador o las muletas hacia adelante.
2. Ahora avanzar con la pierna operada.
3. Después mover la pierna no operada



# Cuidados durante las primeras cuatro semanas

## ANDAR EN MULETAS

Las muletas ayudan de soporte a la pierna operada, por lo tanto, al caminar lo que se busca es que parte del peso que va a la pierna lo soporte la muleta. Deben usarse durante el primer mes tras la intervención.



# Cuidados durante las primeras cuatro semanas

## SUBIR ESCALERAS

1. Subir primero la pierna no operada.
2. Luego subir la pierna operada acompañada de la muleta o bastón.
3. Finalmente subir la pierna operada.
4. Subir un escalón por vez..

Subir las escaleras con muletas



# Cuidados durante las primeras cuatro semanas

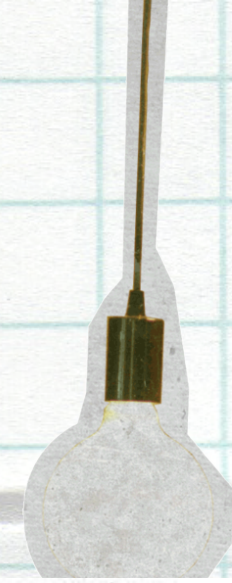
Bajar las escaleras con muletas



## BAJAR ESCALERAS

1. Apoyar el bastón o caminador en el escalón inferior.
2. Llevar la pierna operada hacia el escalón inferior.
- 3 Finalmente, descender la pierna no operada.

# Cuidados durante las primeras cuatro semanas



## SENTARSE Y LEVANTARSE

Al sentarse: Colocarse de espaldas a la silla, poner las manos en los apoyabrazos y poner un paso adelante la pierna operada y sentarse lentamente

Levantarse de una silla con las muletas



Sentarse en una silla con las muletas



AL LEVANTARSE: PONER UN PASO HACIA ADELANTE LA PIERNA OPERADA E INCLINAR EL CUERPO HACIA ADELANTE AL MISMO TIEMPO QUE SE SUJETA EN EL APOYABRAZOS DE LA SILLA

# Ejercicios en casa

## CUADRICEPS

- Acuéstese o siéntese con la pierna extendida.
- Tense los músculos de cuádriceps, los cuales se encuentran arriba de la rodilla en parte frontal de su muslo.
- Trate de empujar la parte trasera de la rodilla hacia abajo.
- Mantenga esta posición durante 10 segundos, repita 10 veces



## ABDUCCIÓN DE CADERA

- Acuéstese sobre su espalda con las piernas juntas.
- Mueva su pierna hacia un lado, manteniendo su rodilla extendida.
- Vuelva a la posición inicial
- Repita 10 veces cada pierna





# Ejercicios en casa

## ELEVACIÓN DE LA PIERNA

- Acuéstese sobre su espalda con la rodilla que no ha sido operada doblada.
- Mantenga la otra pierna extendida y elévela hasta alinearla con el muslo de la pierna que está doblada.
- Mantenga esta posición durante 10 segundos, repita 10 veces.
- Vuelva a la posición inicial



## ESTIRAMIENTO DE RODILLA

- Siéntese en una silla.
- Doble su rodilla operada lo que más pueda, deslizando el talón hacia atrás.
- Mantenga esta posición durante 10 segundos.
- Relájela y repita 10 veces.



# Ejercicios en casa

## EXTENSIÓN DE RODILLA

- Siéntese con sus piernas dobladas a 90 grados.
- Extienda su pierna operada al nivel de su rodilla.
- Vuelva a la posición inicial



## ESTIRAMIENTO CON TOALLA

- Siéntese en una superficie plana.
- Doble su rodilla operada manteniendo el pie en contacto con el piso (plano).
- Pase una toalla alrededor de su tobillo y deslice su talón hacia sus glúteos.
- Mantenga esta posición durante 10 segundos.
- Relájela y repita 10 veces.



# RECOMENDACIONES

1. NO arrodillarse sobre su rodilla operada.
2. NO doblar su rodilla a la fuerza.
3. NO cruzar las piernas.
4. NO poner una almohada debajo de su rodilla mientras esté en la cama.
5. Usar apoyo para caminar hasta que le sea indicado.
6. No realizar deportes de contacto o actividades de riesgo (montar a caballo, moto o bicicleta)



# RECOMENDACIONES

1. Aplique hielo alrededor de la herida quirúrgica 20 minutos, cada cuatro horas si el dolor es muy fuerte. De lo contrario se lo puede colocar cada seis u ocho horas.
2. Asista a sus terapias físicas asignadas
3. Consuma o administre el anticoagulante establecido por el médico durante el tiempo indicado.



# SIGNOS DE ALARMA

1. Fiebre.
2. Calambre.
3. Hormigueo.
4. Herida enrojecida, hinchada y/o con drenaje.
5. Ausencia de sensibilidad.
6. Incapacidad para moverse. Palidez, uñas azules y frialdad al tacto de la extremidad.
7. Aumento del dolor.
8. Dolor o presión en el pecho
9. Dificultad para respirar
10. cambios en el estado de conciencia





¡GRACIAS!

Unit 8 The  
print M  
shows  
0/15

...contato com o Departamento de Serviço da Philips  
...os de telefone encontram-se na seção enza deste folheto  
...se distribua oficialmente produtos de Philips  
...durante e depois do período de garantia em  
...se distribua oficialmente produtos de Philips  
...durante e depois do período de garantia em  
...durante e depois do período de garantia em  
...durante e depois do período de garantia em