

Restricciones posoperatorias de cirugía reconstructiva de rodilla

Procedimiento realizado:

- Reconstrucción del ligamento cruzado anterior (ACL)
- Reparación de menisco
- Cirugía de cartílago
- Reconstrucción del ligamento patelofemoral medial (MPFL)
- Reparación de la raíz meniscal
- Menisectomía

Actividad:

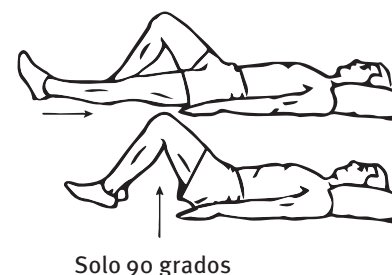
- Carga total de peso con el aparato ortopédico PUESTO y bloqueado en extensión completa** (consulte las instrucciones del aparato ortopédico a continuación). Use muletas o un andador hasta que su proveedor le indique lo contrario.
- No poner peso en la pierna operada durante cuatro semanas.** La pierna no debe tocar el suelo y no debe soportar ningún peso corporal. Todo su peso recae sobre la pierna no afectada. Utilice muletas o un andador para desplazarse hasta que su proveedor le indique lo contrario.
- Contacto de dedos/pie plano sin carga de peso durante cuatro semanas.** Los dedos del pie o el pie pueden tocar el piso (para mantener el equilibrio), pero no soportar ningún peso. Todo su peso recae sobre la pierna no afectada. Imagine tener un huevo debajo del pie que no debería poder aplastar.
- Hasta un 50% de carga parcial de peso durante ____ semanas.** La pierna operada puede soportar hasta la mitad de su peso. Puede utilizar una báscula casera para saber cómo se siente esa cantidad de peso. Determine cuántas libras representan el porcentaje anterior para su peso corporal y coloque la pierna operada en la báscula. Apoye más peso corporal sobre la báscula hasta alcanzar esta cantidad. Use muletas o un andador para apoyar el resto de su peso corporal hasta que su proveedor le indique lo contrario.

Instrucciones para el aparato ortopédico/inmovilizador (si se le proporcionó uno):

- Aparato ortopédico/inmovilizador bloqueado en posición recta con actividad.** Cuando esté parado de pie, debe tener el aparato ortopédico puesto y bloqueado en una posición completamente recta para proteger su reparación. Cuando esté en reposo, puede desbloquearlo/quitarlo y estirarse de acuerdo con el rango de movimiento seleccionado a continuación.

Rango de movimiento:

- Rango de movimiento completo.** Estírese con frecuencia para que la rodilla avance hasta estar completamente recta y completamente doblada cuando pueda.
- No más de 90 grados de flexión de rodilla** (la cantidad de flexión). Estire la rodilla hasta progresar a la extensión completa (totalmente recta) y puede doblarla con cuidado hasta 90 grados, pero no más hasta que se lo indique su médico.



ORTH-2615 457034