

# INSTRUCCIONES para pacientes

## Prótesis Articular de Tobillo

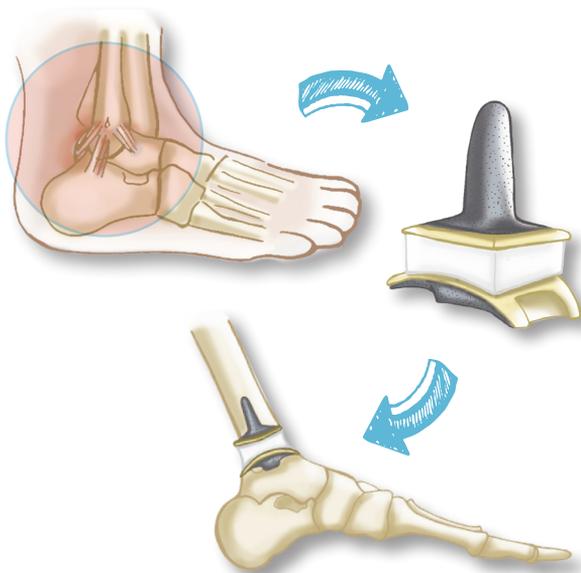
INSTRUCCIONES PARA PACIENTES PROTESIS ARTICULAR DE TOBILLO  
Versión: 2  
Publicación: 2019-01-03  
Código: MOP-PCU-GI-46

Este manual proporciona información importante  
para su cirugía. ¡Léalo cuidadosamente!



# PRÓTESIS DE TOBILLO

## ¿Qué es?



1. El reemplazo articular o prótesis articular es una cirugía donde se reemplaza una articulación mala y dolorosa o fracturada por unos elementos de metal y plástico que permiten mejorar o desaparecer el dolor y le permiten mejorar la función. Esa prótesis no se alcanza a apreciar por fuera del cuerpo. Sólo queda una cicatriz externa en la piel. Con esta cirugía se puede mejorar el movimiento de la articulación y la función general de esa extremidad.
2. Es una cirugía muy grande y tiene la posibilidad de presentar complicaciones inherentes al acto anestésico y quirúrgico. La mayoría de los pacientes no presentan ninguna complicación. Entre las complicaciones se puede presentar dolor residual, rigidez, sangrado, problemas de coagulación de la sangre, inestabilidad, rechazo, desigualdad extremidades, fracturas, infección, aflojamiento componentes, lesiones de nervios o vasos sanguíneos, problemas de cicatrización y otros más. En ocasiones tarde o temprano es necesario reintervenir o volver a cambiar esa prótesis (Prótesis Total de revisión). La duración de la prótesis es variable (de 15 a 20 años).
3. La prótesis nunca será igual o mejor a una articulación sana. Se debe cuidar ese reemplazo toda la vida. Evitar sobrepeso y actividades de impacto y carga.

# Instrucciones previas a la Cirugía

**4.** El conocimiento de la cirugía, preparación y recuperación es fundamental para obtener un rápido y mejor resultado final. La observación del video instructivo, la lectura y entendimiento del instructivo de recomendaciones y la preparación previa a cirugía, como su disciplina, constancia y esfuerzo durante la recuperación podrán garantizar conseguir una recuperación segura.

**5.** Usted recibirá una información para cumplir rigurosamente de acuerdo al tipo de prótesis que se va a realizar; para actividades que usted puede realizar antes, durante y después de la cirugía. Además, existe un video instructivo que usted puede observar en la página institucional.

**6.** Suspender 30 días antes de la cirugía medicamentos naturales (té verde, Ginkgo Biloba, Chía). 8 días antes Asa o Aspirina o Ácido Acetil salicílico (sólo mantenerla si el médico tratante le recomendó no suspenderla), Alopurinol, Colchicina, Probenecid, Clopidogrel, naproxeno, diclofenaco. Suspender 1-2 meses antes alcohol y cigarrillo hasta 6 meses después. Los medicamentos biológicos suspenderlos de acuerdo a su ciclo de aplicación. Los otros medicamentos regulares continuarlos. Informar al médico tratante de todas sus enfermedades, reacciones adversas o complicaciones de cirugías previas, medicamentos que toma regularmente sin excepción.

**7.** Si va a ser operado de prótesis total de tobillo, debe traer un caminador o un par de muletas y un Brace pie-tobillo.

**8.** Debe traer a la Clínica el día de ingreso todas las ayudas diagnósticas que posea; (Radiografía, Tomografía Axial Computarizada (TAC), Resonancia Magnética Nuclear (RMN)).

**9.** En su casa debe tener disponible alcohol glicerinado 65% (solución antiséptica con glicerina al 65%) para ser utilizado por el paciente y por las personas que van a ayudar a cuidar o manipular al paciente. Toda persona que se acerque a usted debe haber usado esta solución antiséptica.

**10.** No debe ingerir alimentos 8 horas previas a su cirugía.

**11.** Retirar esmalte, maquillaje, joyas y piercings.

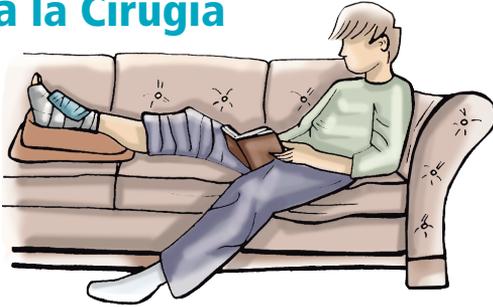
**12.** No depilar ni rasurar el área quirúrgica.

**13.** No colocar cremas humectantes en el área quirúrgica.

**14.** Retirar lentes, audífonos y dentaduras postizas.



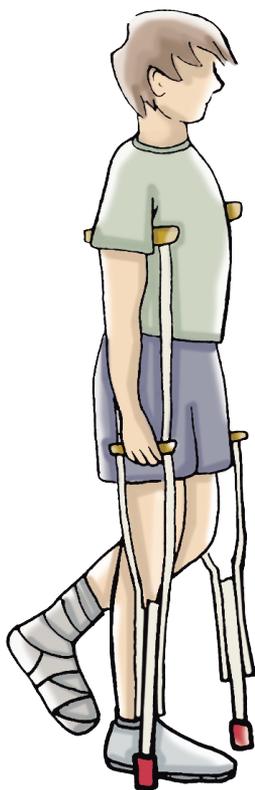
# Cuidados posteriores a la Cirugía



- 15.** La incapacidad laboral será de aproximadamente de 30 a 90 días de acuerdo a decisión del médico tratante, progresión de la recuperación y oficio que desempeña el paciente (establecer un plan laboral y financiero).
- 16.** Necesitará usar un yeso o una férula o un brace que podrá quitarse sólo cuando el médico o el fisioterapeuta se lo indiquen (aproximadamente 4 a 6 semanas). Trate de no permanecer de pie por períodos largos.
- 17.** Mantenga su pierna elevada por tres días después de la cirugía. Ponga su pierna en almohadas cuando se encuentra sentado o acostado. Mantenga su tobillo más alto que el nivel de su corazón. Hacer esto ayudará a disminuir la inflamación de su tobillo o pie.
- 18.** Realice todos los ejercicios que el médico o el fisioterapeuta le hayan enseñado.
- 19.** Puede deambular con ayuda con muletas o caminador inmediatamente luego de la cirugía. Puede desplazarse al sanitario para realizar sus actividades fisiológicas.
- 20.** Las suturas se retirarán aproximadamente dos semanas después de la cirugía. Usted debe mantener la incisión limpia y seca por dos semanas.
- 21.** No moje la herida hasta después de la cita de control con el médico, quien le dirá cuándo puede empezar a hacerlo, es preferible tomar baños de esponja. Cuando en realidad comience a ducharse de nuevo, deje que el agua corra sobre la incisión pero no la frote.
- 22.** Se permite mover todas las extremidades desde el postoperatorio inmediato incluyendo ejercicios posibles dentro de la férula de yeso del tobillo operado.
- 23.** Después de que le retiren los puntos y la férula, se colocara una bota de yeso o brace con apoyo asistido con muletas o caminador por 4 semanas adicionales.
- 24.** Consultar al servicio de urgencias si presenta mucho dolor que no cede a los analgésicos; mucho sangrado o humedad local; si temperatura corporal > 38 grados; si dificultad para respirar o dolor pecho; si mucho edema de la extremidad y es doloroso.
- 25.** Los pacientes serán remitidos a fisioterapia una vez se retire brace o férula o bota de yeso. La evolución de la recuperación es diferente para cada paciente. Se coloca calor húmedo previo a cada sesión de terapia. Durante toda su vida no realizar actividades de impacto o carga o de contacto. Si presenta una infección corporal tratarla inmediatamente. Deberá continuar con medidas de ahorro por el resto de su vida (controlar peso corporal; evitar subir escalas o caminar largas distancias innecesariamente). Tendrá control médico de por vida (a los 45 días, 90 días, cada 6 meses y cada año con radiografías de control).
- 26.** Continuará en control durante todo el resto de su vida de su reemplazo de tobillo.
- 27.** No tenga contacto con animales domésticos los primeros 15 días.

# Recomendaciones al paciente con respecto a la fisioterapia

Tomar aines o medicamentos para el dolor previo a iniciar su sesión de fisioterapia.



- **Inmediatamente** movilidad activa del tobillo. Evitar cargar ese tobillo. **A la segunda semana** se retiran los puntos, la férula y se coloca una bota de yeso o brace en posición neutra con apoyo asistido por cuatro semanas. Se retira yeso circular o Brace pie-tobillo en **cuatro semanas** e iniciar ejercicios de fortalecimiento y mejoría de arcos de movimiento del tobillo, los cuales deben continuar permanentemente.
- **A las doce semanas** se reinician actividades recreacionales de baja carga.
- El ejercicio de rehabilitación es continuo.
- Evitar deportes de alto impacto.
- Consultar al Ortopedista antes de iniciar una nueva actividad o deporte.
- No levantar objetos pesados.

Validado Supersalud

## Atención al Público

Presencial:  
Lunes 1:00 p.m. a 3:00 p.m.  
Consulta Externa 2° Piso CIMA

Telefónicamente y Whatsapp  
Martes a Viernes  
1:00 p.m. a 3:00 p.m.

## Contacto

☎ 2959000 Ext. 9240 📞 320 704 9057  
✉ rarticular@clinicaelrosario.com



# INSTRUCCIONES para pacientes

## Prótesis Articulares

Clínica



# El Rosario

Amor que Acompaña y Servicio que Alivia

