

Precauciones para el cuidado de la cadera

¿Qué son las precauciones para el cuidado de la cadera?

Las precauciones para el cuidado de la cadera son las posiciones y los movimientos que deben evitarse después de una cirugía de cadera.

Un fisioterapeuta o asistente de fisioterapeuta le enseñará a su niño cuáles son las precauciones y los ejercicios para el cuidado para la cadera. El miembro del personal también le enseñará a su niño cómo caminar con un andador o con las muletas.

Un terapeuta ocupacional, fisioterapeuta o asistente de fisioterapeuta le enseñará a su niño cómo usar los equipos que lo ayudarán con las actividades diarias según sea necesario para asegurar que la cadera esté protegida.

¿Cuándo son necesarias las precauciones para el cuidado de la cadera?

Las precauciones para el cuidado de la cadera son necesarias cuando su el niño ha tenido una cirugía para recomponer o reemplazar la articulación de la cadera.

Las dos partes que componen la articulación de la cadera son la articulación (cabeza femoral) y la cavidad (acetabulum). La articulación de la parte superior del fémur encaja en la cavidad redonda de la pelvis.

Articulación de la cadera



Riesgos de dislocación después de una cirugía

En un movimiento normal de la articulación de la cadera, los músculos, los ligamentos, el cartílago y el fluido (producido por el revestimiento de la articulación de la cadera) realizan un movimiento estable y suave. Cuando alguna parte de la articulación de la cadera no está funcionando correctamente, su niño corre el riesgo de dislocarse la cadera.

Los músculos que rodean la articulación de la cadera son la nalga, en la parte trasera, y los músculos del muslo superior en la parte delantera. Estos músculos y ligamentos se debilitan cuando se cortan en la cirugía. Esto pone a su niño en riesgo de que se disloque la cadera.

Hasta que los músculos sanen y estén fuertes de nuevo, existe el riesgo de que la sección de la articulación de la cadera se salga de la cavidad y se disloque.

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

Precauciones para el cuidado de la cadera

Cómo proteger la cadera nueva de su niño y evitar una lesión

Cuando esté en la cama, su niño debe usar la almohada para abducción de cadera inmediatamente después de la cirugía y durante las seis semanas posteriores a la cirugía. Esta almohada permite que la cadera de su niño permanezca en la posición correcta.



Durante las actividades diarias, su niño debe utilizar el equipo (pinza para agarrar las cosas, esponjas con manijas largas, asiento de inodoro elevado) para que evite alcanzar cosas, flexionar o girar de manera excesiva.



Su niño debe seguir las indicaciones del médico sólo colocando la cantidad de peso en la pierna que el médico le indica.

Precauciones para el cuidado de la cadera

Existen 2 tipos de precauciones para el cuidado de la cadera: Estándar (seis semanas) y Extrema (para toda la vida).

Las precauciones estándar para el cuidado de la cadera que usualmente recomienda el médico deben tomarse durante las 6 semanas posteriores a la cirugía. Los cuidados incluyen limitarse a flexionar más de 90 grados, girar, rotar y doblar los dedos de los pies hacia adentro cuando está sentado, parado o acostado.

Las precauciones extremas para el cuidado de la cadera también comienzan inmediatamente después de la cirugía pero son para toda la vida. Son usualmente todas las actividades que implican flexionar, girar, rotar y doblar los dedos de los pies hacia adentro de manera extrema mientras esté sentado, parado o acostado.

- Su niño no debe levantar la pierna a más de 90 grados cuando esté acostado o sentado.



- Su niño no debe dejar que la rodilla de la pierna operada cruce la línea media del cuerpo.



- Su niño debe evitar una flexión excesiva



El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

Precauciones para el cuidado de la cadera

Actividades sugeridas para comenzar a realizar seis semanas después de la cirugía

Sea creativo al elegir las actividades. Algunas ideas son:

- Bailar,
- Nadar,
- Caminar, y
- Tocar instrumentos musicales.
- Jugar golf en miniatura,
- Bailar,
- Nadar,
- Caminar y
- Tocar instrumentos musicales

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.