

# Restricciones posoperatorias de la cirugía de artroscopia de cadera

## Procedimiento realizado:

- Reparación labral
- Osteoplastia femoral/acetabular
- Desbridamiento del labrum
- \_\_\_\_\_
- Liberación del psoas

## Actividad:

- 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):

- Mantenga el inmovilizador puesto hasta que tenga plena sensación y movimiento de la pierna operada para protegerla mientras el bloqueo nervioso sigue funcionando.**

## Rango de movimiento:

- Rango de movimiento completo.** Estírese con frecuencia para aumentar la amplitud de movimiento de su cadera.
- Evite flexionar la cadera a 90 grados, cruzar los tobillos y alejar la pierna del cuerpo, ya que esto puede dañar la reconstrucción quirúrgica.**

ORTH-2615 457030