

CENTRO MONTEFIORE DE CIRUGÍA DE SUSTITUCIÓN DE ARTICULACIONES

ORIENTACIÓN PREOPERATORIA DE SU VIAJE HACIA
LA SUSTITUCIÓN TOTAL DE RODILLA Y DE CADERA

NUESTRO OBJETIVO MEDIANTE ESTA PRESENTACIÓN ES AYUDARLE A COMPRENDER:

- EL PROCESO PREOPERATORIO
- EL PROCESO DEL DÍA DE LA OPERACIÓN
- SU ESTANCIA EN EL HOSPITAL
- CÓMO CUIDARSE EN CASA
- SU REHABILITACIÓN
- CÓMO MANTENER UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE

NUESTROS OBJETIVOS PARA USTED:

- Darle atención médica de la más alta calidad con la tecnología más avanzada aplicando métodos basados en pruebas, técnicas mínimamente invasivas y prótesis con diseños específicos para cada paciente
- Mejorar su calidad de vida ayudándole a recuperar el más alto nivel funcional posible
- Reducir su nivel de dolor mediante actividades cotidianas
- Prevenir complicaciones
- Alentar y mantener estilos de vida saludables
- Ayudarle a conseguir los objetivos de salud que se haya marcado
- Facilitarle una senda de recuperación rápida
- Que permanezca en un entorno seguro

ATENCIÓN CENTRADA EN EL PACIENTE Y EN LA FAMILIA

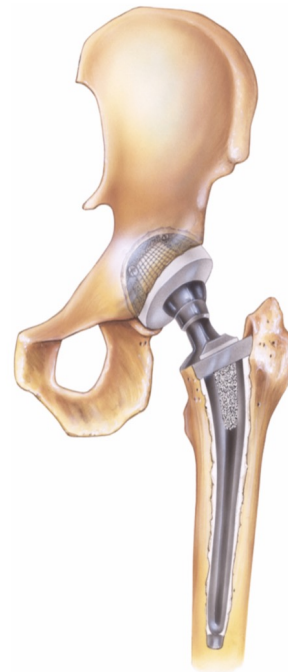
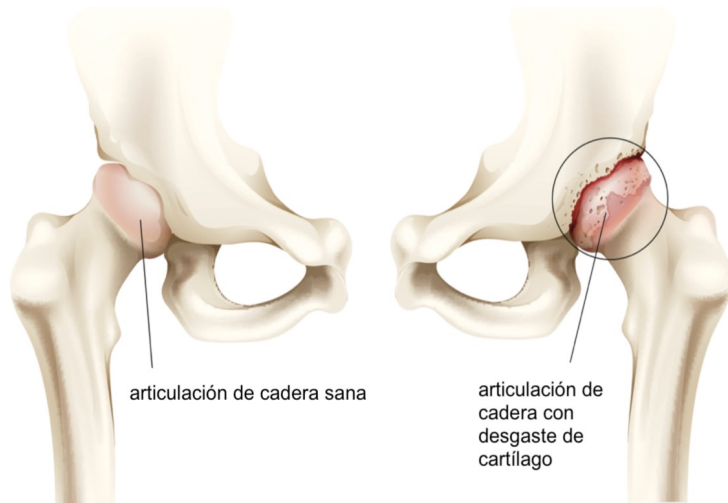
El Centro Montefiore de Cirugía de Sustitución de Articulaciones es sistema de prestación de salud basado en un modelo que:

- Genera un ambiente amable, cálido y de apoyo
- Le hace partícipe a usted y a su familia de las decisiones relativas a su salud
- Le demuestra respeto a usted y a su familia

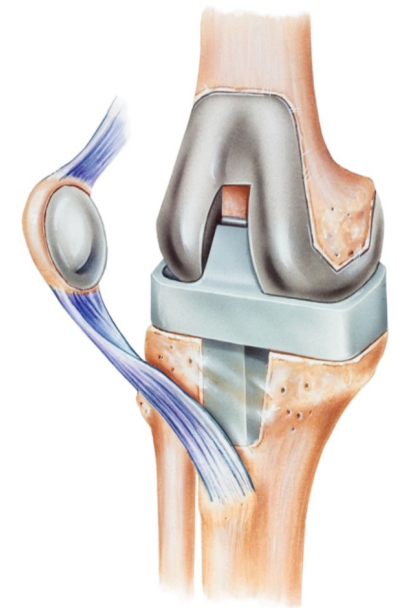
POR QUÉ UNA SUSTITUCIÓN DE ARTICULACIÓN TOTAL

La cirugía de sustitución total de articulaciones consiste en reemplazar las partes desgastadas de la articulación con unas piezas artificiales llamadas prótesis. La nueva articulación le permite moverse con facilidad y sin dolor

Artritis de la articulación de la cadera



Artritis de la articulación de la rodilla



CÓMO CUIDARSE ANTES DE LA CIRUGÍA

Su cirugía de sustitución de articulaciones será programada cuando:

- Se encuentre en un estado médico óptimo para la cirugía
- Haya identificado a su entrenador o *coach* de salud
- Esté preparado para participar en un programa de ejercicio físico
- Se encuentre física y emocionalmente preparado

ANTES DE LA CIRUGÍA, DÍGANOS SI TIENE ALGUNO DE ESTOS PROBLEMAS

- Peso corporal excesivo
- Enfermedad cardíaca o historia de coágulos de sangre
- Problemas médicos o mentales complejos
- Apnea del sueño
- Es fumador
- Consume alcohol o drogas ilegales

DEJE DE FUMAR ANTES DE LA CIRUGÍA

- Elija una fecha para dejar de fumar
- Vea a su médico de familia
- Busque grupos de apoyo locales
- Asegure el apoyo de algún familiar o amigo
- **Llame a la Línea Directa del Estado de NY al 866-697-8487**

DIETA Y NUTRICIÓN

- Mantenga un peso saludable
- Comer sano empieza llenando el plato con la cantidad adecuada de ingredientes frescos y comidas integrales
- Comer de manera sana y mantener una buena nutrición puede tener efectos beneficiosos para el proceso de curación
- **Para programar una cita con una dietista, llame al 929-263-3519**

SU EQUIPO DE SUSTITUCIÓN DE ARTICULACIONES

- **USTED** es la persona más importante de nuestro equipo
- Cirujanos ortopédicos
- Anestesiistas
- Médicos
- Enfermeras practicantes
- Asistentes médicos (PA en inglés)
- Enfermeras registradas
- Asistentes de enfermería certificados
- Terapeutas físicos (PT en inglés)
- Terapeutas ocupacionales
- Trabajadores sociales
- Dietistas
- Nutricionistas
- Secretaría
- Administrativos
- Personal de mantenimiento
- Líderes en experiencia del paciente

CITAS PARA ANTES DE LA CIRUGÍA

- Se obtendrá autorización médica mediante análisis de laboratorio y pruebas diagnósticas. Se reunirá en persona o por telemedicina con nuestro equipo médico para ser evaluado y obtener el visto bueno. Se programará cualquier otra cita necesaria para obtener la autorización para la operación. Por favor, traiga una lista actualizada de sus medicamentos, incluyendo vitaminas y suplementos
 - Le dirán si tiene que dejar de tomar alguna medicina o suplemento
 - Le dirán qué medicamentos deberá tomar la mañana de la operación
- Algunos pacientes tendrán una cita con los anestesiistas antes de la operación
- Algunos pacientes tendrán una cita con el nutricionista antes de la operación
- Tendrá una cita con su equipo quirúrgico para comentar la operación en detalle, comentar todas sus preguntas y desvelos, y comentar y firmar su autorización para la cirugía
- Completará un cuestionario preoperatorio que servirá para hacer un seguimiento de sus progresos e identificar posibles problemas de salud

DOS DÍAS ANTES DE LA CIRUGÍA

- A algunos pacientes les serán recetados medicamentos para tomar dos días antes de la operación, que le ayudarán a aliviar el dolor
- NO TOME los medicamentos el mismo día de la operación
- Siga tomando los medicamentos durante 5 días después de la operación

EL DÍA ANTES DE LA CIRUGÍA

- Le llamaremos de 1 a 2 días laborables antes de la operación, entre las 8am y las 4pm, y le daremos instrucciones más detalladas y la hora a la que debe presentarse para la cirugía
- La noche previa a la operación usará las toallitas CHG siguiendo las instrucciones. Habrá recibido las toallitas CHG y las instrucciones de uso
- No podrá comer nada pasada la medianoche. A ciertos pacientes se les permite tomar líquidos transparentes (agua, jugo de manzana, Gatorade o Powerade transparente, té o café solo, sin leche ni crema) hasta dos horas antes de la llegada al hospital. Comente estas instrucciones con su equipo quirúrgico
- Si le piden que tome algún medicamento la mañana de la operación, hágalo con una cantidad mínima de agua

QUÉ TRAER AL HOSPITAL

- Identificación legal con foto (p.e. licencia de conducir, pasaporte, etc.)
- Tarjeta de seguro
- Formulario completado de poder de salud (*health care proxy*)
- Zapatos de suela plana y antideslizante
- Ropa holgada y comfortable para volver a casa
- Espejuelos, gafas, audífono o dentadura, si corresponde
- Una lista actualizada de medicamentos

NO TRAIGA AL HOSPITAL

- Joyas, *piercings* u objetos de valor
- Quítese todo su maquillaje antes de la cirugía
- Quítese el esmalte de uñas antes de la cirugía
- Quítese las lentes de contacto y lleve espejuelos en su lugar (si procede)

EL DÍA DE LA CIRUGÍA

- La dirección del hospital es:

The Montefiore Hospital Wakefield Campus

600 East 233rd Street
Bronx, New York 10466

- Un miembro del Equipo Ortopédico se reunirá con usted en el vestíbulo del hospital y le acompañará al área preoperatoria
- Antes de la cirugía le darán una copia actualizada de las normas de visitas

EL DÍA DE LA CIRUGÍA

- Se reunirá con las enfermeras, que repasarán sus medicaciones e historial médico
- Verá a su cirujano
- Usará toallitas desinfectantes y bastoncillos nasales para prevenir infecciones
- Un miembro del equipo de anestesia acudirá a verle para comentarle el tipo de anestesia que le administrarán y cómo será el tratamiento para el dolor
- Le pondrán una vía intravenosa (IV) y será conectado a un monitor de constantes vitales
- Le darán medicamentos preoperatorios
- Irá a la sala de operaciones. La cirugía dura entre 1 y 2 horas

ZONA PERIOPERATORIA Y RECUPERACIÓN

- Cuando haya terminado la cirugía será llevado al área de recuperación
- Será estrechamente monitoreado
- Le administrarán medicamentos para el dolor
- Si regresa a su casa el día de la cirugía, tendrá una sesión de fisioterapia en la zona perioperatoria. Será allí donde reciba el alta médica. Los medicamentos serán enviados a la farmacia de su elección. Los gestores de casos se encargarán de organizarle su fisioterapia antes de abandonar del hospital. Le darán instrucciones detalladas de cómo curarse la herida quirúrgica y de cómo ducharse, así como sus pautas de medicación

PARA PACIENTES QUE PASAN LA NOCHE

- Si pasa la noche en el hospital, será trasladado a la Unidad de Atención Ortopédica
- Empezará a hacer la fisioterapia en la Unidad de Atención Ortopédica el mismo día de la cirugía
- Le administrarán medicación para el dolor
- La planificación del alta médica empezará inmediatamente después de la cirugía
- Enviarán los medicamentos a la farmacia que indique. Los gestores de casos se encargarán de organizar la fisioterapia antes de que sea dado de alta. Le darán instrucciones detalladas de cómo curar la herida quirúrgica y de cómo ducharse, así como de su medicación

SOBRE EL MANEJO DEL DOLOR

- Su plan de manejo del dolor se adaptará a sus necesidades específicas
- Nuestro objetivo es controlar la intensidad del dolor después de la cirugía
- Nuestros protocolos de medicación le dan casi todos los beneficios y reducen los efectos secundarios al mínimo
- Practicará terapia con hielo en torno a la zona quirúrgica para reducir el dolor y la inflamación
- Al recibir el alta del hospital le recetarán medicamentos para el dolor. Si tiene cualquier efecto secundario de cualquier medicamento, por favor llame al consultorio del cirujano

POSTOPERATORIO DE SUSTITUCIÓN DE CADERA

- Si van a realizarle una sustitución de cadera, los fisioterapeutas le enseñarán a tomar una serie de precauciones
- Si van a hacerle una sustitución de cadera necesitará un kit de cadera (*hip kit*). Están disponibles en Amazon y en tiendas de cirugía. Algunas agencias de salud en el hogar facilitan estos kits
- Los kits de cadera suelen constar de:
 - Agarrador/Alargador
 - Cuerno largo para zapatos
 - Esponja de ducha de mango largo
 - Ayuda para medias
 - Palo para vestirse

FISIOTERAPIA Y REHABILITACIÓN

Debe desempeñar un papel activo en su programa de terapia física. Esto empieza el día de la cirugía. La cirugía en sí misma es una parte más del resultado. Su trabajo durante las sesiones de terapia influyen enormemente en el resultado de la cirugía.

- Antes de abandonar el hospital recibirá una visita de un fisioterapeuta
- La fisioterapia se realizará o bien su casa o en un centro ambulatorio
- En la “Guía de Cirugía de Sustitución de Articulaciones” verá ejercicios de rodilla y de cadera
- En la “Guía de Cirugía de Sustitución de Articulaciones” también verá instrucciones para usar un andador y un bastón

CUIDARSE DE SÍ MISMO EN CASA

- Necesitará un caminador y un bastón en casa. Si hace falta le ayudaremos a obtenerlos
- Medicamentos: cuando le demos el alta enviaremos las recetas de sus medicamentos a la farmacia que usted nos indique
- Recibirá instrucciones de cómo cuidarse en casa
- Se reunirá con su equipo quirúrgico de 10 a 14 días después de la operación
- Siga su régimen de ejercicio físico durante todo el día

CURACIÓN DE LA ZONA QUIRÚRGICA

- En el momento de recibir el alta hospitalaria le darán instrucciones sobre cómo curar la zona quirúrgica y de su vendaje específico
- **Por favor, lávese las manos antes de tocar la zona quirúrgica**
- Nunca aplique cremas o pomadas en la zona quirúrgica hasta que su cirujano le dé permiso para hacerlo
- Aplique hielo alrededor de la zona quirúrgica para reducir el dolor y la inflamación. Envuelva el hielo en un paño. No se ponga hielo directamente sobre la piel

DUCHARSE DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

- La mayoría de los pacientes podrán ducharse el día después de regresar a casa
- Casi todos los vendajes son impermeables y puede dejárselos puestos mientras se ducha
- Siga las instrucciones que le den tras recibir al alta del hospital

LISTA DE PREPARATIVOS PARA LA VUELTA A CASA

- Asegúrese de que todas las habitaciones estén bien iluminadas; ponga luces de noche donde hagan falta
- Asegúrese de que no haya desorden por el piso
- Quite todas las alfombras y alfombrillas
- Aparte todos los cordones eléctricos
- Organice los muebles de manera que haya espacio para pasar con su andador o con un bastón
- Use sillas resistentes con reposabrazos y evite los asientos bajos
- Mantenga los objetos de primera necesidad a su alcance
- Haga instalar barandillas en las escaleras, si las tuviera

LISTA DE PREPARATIVOS (CONTINUACIÓN)

- Deje preparado un dormitorio en el piso principal, a ser posible
- Tenga a mano un teléfono celular o inalámbrico y una lista de números de teléfono importantes
- Prepare y congele sus comidas de antemano
- Compre y guarde comestibles con anticipación
- Organice de antemano el cuidado de sus mascotas
- Considere poner agarraderos en la ducha

MIRAR HACIA DELANTE: SU NUEVA ARTICULACIÓN

- EJERCICIO: mantener algún tipo de ejercicio ayudará a mantener su nueva articulación y el resto de su cuerpo en buena forma.
- Le recomendamos que no haga ejercicios de alto impacto y de torsión extrema.
- Su nuevo implante contiene un metal **no magnético**. Puede hacerse una resonancia magnética (MRI).
- **Citas postoperatorias:**
 - 2 semanas después de la operación
 - 6 semanas después de la operación
 - 3 meses después de la operación (responderá a un cuestionario de resultados)
 - 1 año después de la operación (responderá a un cuestionario de resultados)

MIRAR HACIA DELANTE (CONTINUACIÓN)

- **CONDUCIR:** la mayoría de las personas pueden volver a conducir entre 4 y 8 semanas después de la operación. Debe haber dejado de tomar opioides, ser capaz de frenar adecuadamente y de entrar y salir fácilmente del auto. Hable con su cirujano antes de volver a conducir
- **SEXO:** la mayoría de los pacientes pueden volver a la actividad sexual entre 6 y 8 semanas después de la cirugía. Debe sentirse cómodo. Los pacientes de cadera deben mantener una serie de precauciones específicas de cadera

RIESGOS DE LA CIRUGÍA

Las complicaciones son poco comunes pero como con cualquier otra cirugía siempre hay riesgos de complicaciones

Estos incluyen, entre otros, los siguientes:

- Infección
- Coágulos de sangre
- Rigidez de la rodilla
- Dolor prolongado en el tiempo
- Desgaste y fallo del implante
- Reacción a los materiales
- Pérdida de sangre
- Complicaciones con la anestesia
- Daño a nervios y estructuras
- Dislocación de cadera
- Desigual longitud de piernas
- Otras complicaciones
- Covid-19

PREVENCIÓN DE INFECCIONES TRAS LA CIRUGÍA

Las infecciones son poco frecuentes; sin embargo, algunos pacientes tienen mayor riesgo de desarrollar una infección en su nueva articulación. Para reducir el riesgo de infecciones, durante los 2 años siguientes a la cirugía se le recetarán antibióticos para que tome antes de ciertos procedimientos como, por ejemplo, las intervenciones dentales. En la “Guía de Cirugía de Sustitución de Articulaciones” hay pautas específicas para prevenir infecciones después de la sustitución total de articulaciones. Su cirujano también puede entregarle una copia de estas pautas

PREVENCIÓN DE COMPLICACIONES TRAS LA CIRUGÍA: PREVENCIÓN DE COÁGULOS DE SANGRE

- Para disminuir el riesgo de formación de coágulos de sangre después de la cirugía, su equipo médico le recetará medicamentos demostradamente eficaces en la reducción de estos riesgos
- Su plan de medicación se adaptará a sus necesidades específicas
- Caminar y hacer ejercicio contribuye a prevenir los coágulos

PREVENCIÓN DE COMPLICACIONES TRAS LA CIRUGÍA: CUÁNDO LLAMAR A SU CIRUJANO (718) 920-2060

- Fiebre superior a 101° Fahrenheit (38.3°C)
- Supuración en torno a la zona quirúrgica
- Aumento de inflamación o enrojecimiento en torno a la zona quirúrgica
- Dolor y/o inflamación; calor o dolor al tocar cualquiera de las dos pantorrillas

CUÁNDO LLAMAR AL 911

Síntomas de embolia pulmonar (coágulo de sangre en un pulmón)

- Dificultad para respirar
- Fatiga o jadeos
- Aparición repentina de dolor en el pecho
- Delirio o confusión

Gracias por permitirnos participar en su atención médica

**El Equipo Quirúrgico del Centro Montefiore
de Sustitución de Articulaciones**