RODILLA cl

Red de Salud UC • CHRISTUS

Indicaciones de uso de un bastón en Post Cirugía de Rodilla

¿Cómo es el uso de un bastón en el postoperatorio de una cirugía de Rodilla?

El uso de un bastón sera indicado en cirugias que el paciente tenga indicación de una carga parcial de la extremidad operada (50% del peso corporal) desde el primer dia postoperatorio, o en el caso de progresar en los dias siguientes de una operación que requiera el uso de dos bastones en una primera etapa. Hay que saber que cada cirugia es distinta, por lo que es necesario seguir las instrucciones de carga que indique el traumatólogo y sus progresiones.

Indicaciones importantes antes de comenzar

1. Ajustarlos a la altura de cada uno.

1.a. Hombros deben quedar relajados al ponerse de pie (estos no deben elevarse o descender)
1.b. Codos deben quedar en leve flexión.
1.c. La abrazadera debe quedar 2,5 cms. por debajo del codo.
1.d La empuñadura debe quedar a la altura de la cadera
1.e. Tronco debe estar en posición erguida.
1.f Paralelos al tronco, aprox. 10 cms.

2. Asegurarse de que las gomas que contactan el piso esten en buen estado.

3. Tomar el bastón en la mano contraria a la pierna operada.

Secuencia para el uso de 1 bastón

1. 3 apoyos 3 tiempos

Esta forma es la más segura para comenzar a utilizar un bastón en el caso de que no sienta mucha confianza.

1. Llevar un bastón hacia delante

2. Llevar la pierna operada a la misma línea que el bastón

3. Llevar la pierna no operada a la misma línea del bastón y pierna operada

2. 3 apoyos 2 tiempos

Una vez que logre tomar más confianza, comenzara con esta secuencia con la cual podra desplazarse con mayor comodidad.

1. Llevar el bastón hacia delante al mismo tiempo que la pierna operada a la misma línea.

2. Llevar la pierna no operada más adelante que la línea del bastón y la pierna operada.

Preguntas frecuentes de nuestros pacientes

La siguiente es una guía de cómo evolucionan habitualmente nuestros pacientes. Pueden existir cambios, porque cada caso es individual

¿Cuánto puedo caminar?
Comenzar con tramos cortos, varias veces al dia. Lo ideal es ir tomando confianza, para poder reeducar la marcha lo antes posible.

¿Cuánto cargar?
Esto va a depender del tipo de cirugía, por lo que es importante saber cuanta carga esta permitida por el traumatologo para los primeros días.