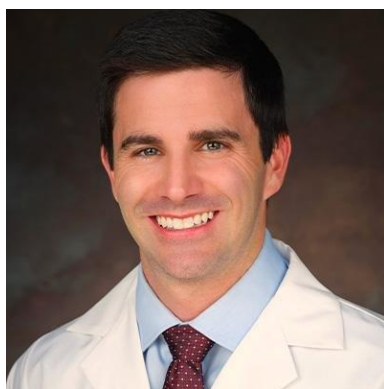


Pensando en un Reemplazo de Rodilla



TRUSTED FOR OUR EXPERTISE. CHOSEN FOR OUR CARE.



Zac Burrow, MD, DPT

Quiero que sepa que entiendo que esta es una decisión importante, y que a menudo llega después de meses o incluso años de dolor, limitación y frustración.

Mi objetivo es simple: **ayudarle a sentirse mejor, moverse mejor y volver a la vida que disfruta.**

Me importa profundamente su resultado—no solo en el quirófano, sino también en su recuperación y éxito a largo plazo. Cada decisión que tomamos está centrada en lo que es más seguro, más efectivo y lo mejor para usted como individuo.

Esta guía está diseñada para acompañarle a lo largo del proceso, responder preguntas comunes y ayudarle a sentirse seguro y preparado en cada paso del camino. Usted no está pasando por esto solo—somos un equipo, y estoy comprometido a apoyarle durante todo su proceso.

¡Gracias por confiar en mí para su atención!

Las imágenes en esta guía fueron obtenidas de AAOS, HEP2Go.com o generadas con ChatGPT

También puede encontrar información general en:

- Reemplazo total de rodilla - OrthoInfo – AAOS
[Reemplazo total de rodilla \(Total Knee Replacement\) - OrthoInfo - AAOS](#)
- Reemplazo total de rodilla - AAHKS
[Reemplazo Total de Rodilla - AAHKS](#)
- Video - Animación de reemplazo total de rodilla - OrthoInfo - AAOS
<https://orthoinfo.aaos.org/en/treatment/total-knee-replacement-animation/>

Números de Teléfono Importantes

Línea directa del Dr. Burrow: 918-927-3258

- Llame para resurtidos de medicamentos, preguntas o inquietudes generales
- También puede usar el portal de pacientes en línea
 - La aplicación MyMobility no es monitoreada

Programación de cirugía: 918-927-3301

- El programador le llamará para programar la cirugía una vez que se obtengan todas las autorizaciones
 - Llame para cualquier pregunta sobre la programación de la cirugía
 - Cancelar, reprogramar, etc.

Departamento de facturación: 918-927-3737

- Para cualquier pregunta de facturación de AOOK

Tienda de ortesis (Brace Shop): 918-927-3308

Evaluación preoperatoria hospitalaria:

- Oklahoma Surgical Hospital: 918-477-5073
- St. John Broken Arrow: 918-994-8045

Problema quirúrgico urgente: 918-494-2665

Emergencia: 911

Anatomía de la rodilla: comprendiendo su articulación

Huesos

- Tres huesos se unen para formar la articulación de la rodilla:
 - Fémur (hueso del muslo)
 - Tibia (hueso de la espinilla)
 - Rótula (patela)

Cartílago

- Un tejido liso y protector que cubre los extremos de los huesos
- Ayuda a que los huesos se deslicen suavemente sin dolor durante el movimiento
- Actúa como un amortiguador

Membrana sinovial

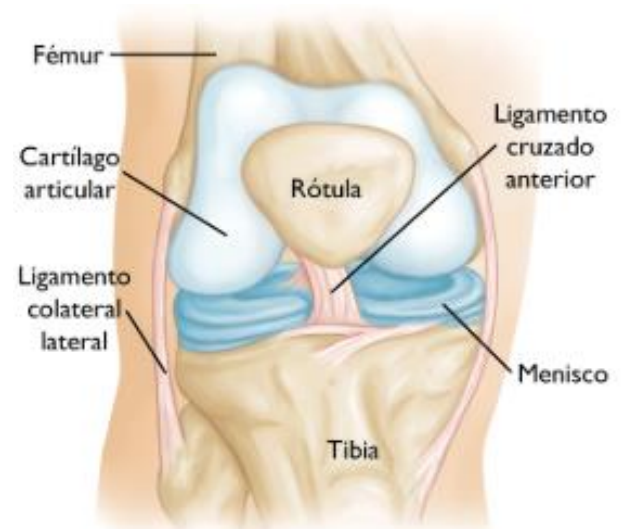
- Un revestimiento delgado dentro de la rodilla
- Produce líquido que:
 - Reduce la fricción
 - Mantiene la articulación lubricada

Ligamentos y tendones

- *Ligamentos:*
 - Conectan hueso con hueso
 - Proporcionan estabilidad
- *Tendones:*
 - Conectan músculo con hueso
 - Permiten el movimiento

Músculos

- Los músculos alrededor de la rodilla ayudan con el movimiento y la estabilidad
- Grupos musculares clave incluyen:
 - Cuádriceps (parte frontal del muslo)
 - Isquiotibiales (parte posterior del muslo)
- Funciones:
 - Ayudan a enderezar y doblar la rodilla
 - Soportan la articulación durante la marcha, al estar de pie y en la actividad



Qué sucede en la artritis de rodilla

Con el tiempo, la articulación de la rodilla puede desgastarse, lo que provoca dolor y rigidez.

Cambios en la articulación

- El cartílago se desgasta
- Los huesos pueden comenzar a rozarse entre sí (hueso con hueso)

Lo que puede sentir

- Aumento de la inflamación y el dolor
- Rigidez en la rodilla
- Movimiento y flexibilidad limitados



¿Qué es un reemplazo de rodilla?

La cirugía de reemplazo de rodilla está diseñada para eliminar la articulación dañada y crear una superficie lisa y sin dolor

¿Qué se hace durante la cirugía?

- Se retiran el cartílago y el hueso dañados
- La articulación se recubre con componentes artificiales:
 - Piezas de metal y plástico reemplazan las superficies del:
 - Fémur (hueso del muslo)
 - Tibia (hueso de la espinilla)
 - Rótula (patela)

Beneficios del reemplazo de rodilla

- Reduce o elimina el dolor
- Mejora el movimiento y la flexibilidad
- Ayuda a restaurar la función y las actividades diarias

Por qué funciona

La nueva articulación crea una superficie lisa y de baja fricción, lo que permite que su rodilla se mueva con mayor comodidad.

Inmediatamente después de la cirugía (estancia hospitalaria o ambulatoria)

Común tras la cirugía

- Dolor e hinchazón en la pierna operada
- Una venda que cubre la incisión de la rodilla
- Medicamentos para ayudar: Control del dolor y prevención de coágulos sanguíneos

La fisioterapia comienza temprano

- Comienza los ejercicios básicos en un plazo de 24 horas
- Ayudarte a ponerte de pie y empezar a andar
- Te enseñará a moverte con seguridad usando un andador

Estancia hospitalaria

- La mayoría de los pacientes se quedan una noche en el hospital
- Algunos pacientes pueden: Volver a casa el mismo día o necesitar una estancia hospitalaria más larga

En casa: primeras semanas tras la cirugía

Movilidad y caminar

- Usa un andador al principio, luego pasa a un bastón a medida que mejores
- Camina distancias cortas varias veces al día
- Avanza poco a poco hacia: caminatas más largas y subir escaleras con seguridad

Fisioterapia

- Intentaremos organizar fisioterapia de atención domiciliaria
 - Esto suele empezar el cuarto día después de volver a casa
 - Nota: El seguro puede limitar esta opción
- Continúa:
 - Ejercicios diarios en casa
 - Uso de la aplicación MyMobility para orientarse

Dolor e hinchazón

- Es normal tener: Dolor (controlado con medicación y hielo) y moretones / hinchazón
- La hinchazón mejorará gradualmente durante varias semanas

Ayuda en casa

- Probablemente necesitarás ayuda con: cocinar, bañarte, actividades diarias
- Planifica la asistencia durante las primeras 1 o 2 semanas

Objetivos de la actividad

- Camina varias veces al día
- Aumenta la actividad de forma lenta y segura
- Objetivo de movimiento: 0-90° a las 3 semanas de la cirugía

Recuperación a medio plazo: 6 semanas a 3 meses

Movilidad y caminar

- Caminar se vuelve más fácil y natural
- Disminución de la necesidad de andador o bastón
- Mejor movimiento de rodilla y fuerza

Regreso a las actividades diarias

- Regreso gradual a las rutinas diarias normales
- Puede empezar: tareas domésticas ligeras
- Conducir (normalmente entre 4 y 6 semanas, si tu médico lo autoriza)

Lo que es normal

- Rigidez, hinchazón, fatiga, especialmente después de la actividad
- Estos síntomas son comunes y deberían mejorar con el tiempo

Progresión de la actividad

- Sigue aumentando la actividad de forma gradual
- Mantén la regularidad con los ejercicios y la terapia

Recuperación completa: de 3 a 12 meses

Qué esperar

- La mayoría de los pacientes vuelven a las actividades diarias normales a los 3 meses
- Mejora continua en: Fuerza, Equilibrio, Comodidad
- La recuperación completa puede durar hasta 1 año

Regreso a las actividades

- La mayoría de los pacientes pueden volver con seguridad a:
 - Caminar
 - Natación
 - Ciclismo
 - Otras actividades de bajo impacto

Actividades a evitar

- Carrera
- Deportes de alto impacto
- Actividades que ejercen un estrés excesivo en la articulación

Posibles riesgos con la prótesis de rodilla

Aunque la mayoría de los pacientes se recuperan muy bien tras la cirugía, es importante entender los riesgos potenciales y cómo prevenirlos

Infección

- En el lugar de la incisión
- Muy profundo en la articulación
- Puede ocurrir poco después de la cirugía o incluso años después
- Prevención:
 - Antibióticos durante y después de la cirugía
 - Cuidado adecuado de la herida

Coágulos de sangre (TVP o EP)

- TVP (trombosis venosa profunda): Coágulo de sangre en la pierna
- EP (embolia pulmonar): Coágulo de sangre que viaja a los pulmones
- Prevención:
 - Medicamentos anticoagulantes
 - Caminando temprano y con frecuencia
 - Dispositivos de compresión o medias

Problemas con el implante

- Las piezas artificiales pueden desgastarse o aflojarse con el tiempo
- Qué significa esto:
 - Puede que en el futuro sea necesario una cirugía de revisión (repetición)

Rigidez o movimiento limitado

- Algunos pacientes pueden tener dificultades para doblar o estirar completamente la rodilla
- Dirección:
 - Fisioterapia adicional
 - Rara vez, procedimientos adicionales

Lesión nerviosa, vasculento o tejidos blandos

- Raras, pero las estructuras cercanas pueden verse afectadas
- Puede causar: entumecimiento, debilidad, problemas de circulación
- Lo que es normal:
 - Es común un cierto entumecimiento en el exterior de la rodilla
 - Esto suele mejorar con el tiempo, pero puede quedar una pequeña zona entumecida de forma permanente

Dolor persistente

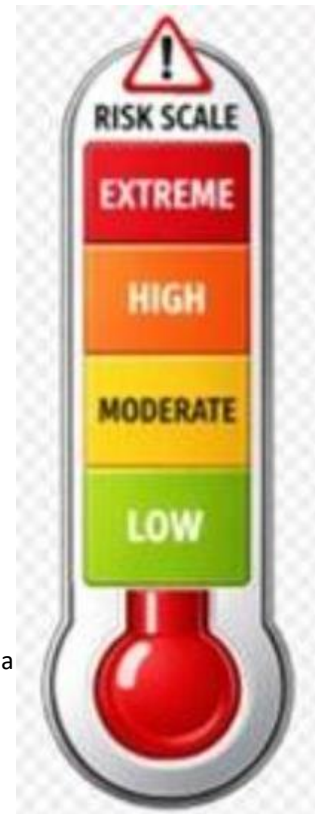
- Algunos pacientes pueden seguir teniendo dolor tras la curación
- Posibles causas: tejido cicatricial, sensibilidad nerviosa, otras condiciones no relacionadas

Riesgos menos comunes pero graves

- Complicaciones de la anestesia: náuseas, problemas respiratorios, reacciones alérgicas
- Fractura ósea: durante o después de la cirugía
- Inestabilidad de rodilla o luxación de rótula

Otros riesgos impredecibles

- Pueden ocurrir complicaciones raras, incluyendo: infarto, ictus, muerte y otros problemas que no pueden predecirse completamente



¡Dios bendiga tu recuperación! Ya he rezado por ti durante tu cirugía y seguiré haciéndolo. ZPB