

de la cirugía de fusión espinal

Información importante

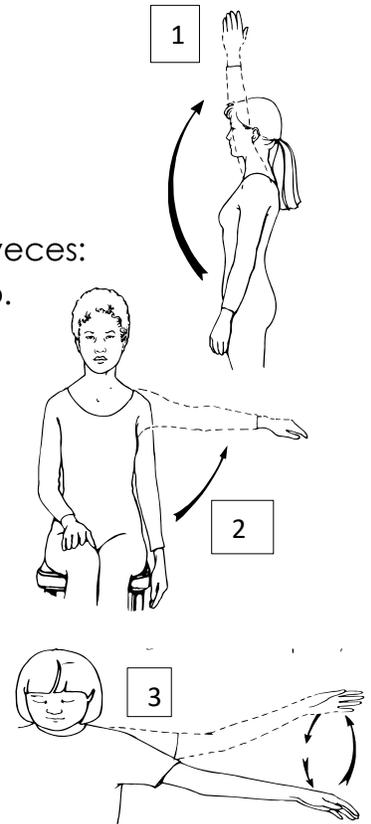
Puedes inclinarte hacia delante a la altura de las caderas y el cuello. Mantén tu espalda recta, no te encorves.

Asegúrate de doblar las rodillas para levantar objetos. No levantes con la espalda. No levantes objetos pesados durante 6 a 8 semanas después de la cirugía.

Tu médico decidirá cuando ya no sean necesarias las precauciones para levantar objetos.

El día después de la cirugía

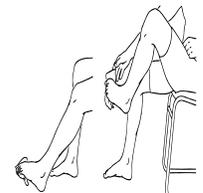
- Comienza a hacer los ejercicios de brazos que te recomiende tu terapeuta ocupacional. Tu familia puede ayudar sosteniendo tu brazo y ayudando suavemente con el movimiento, según sea necesario.
- Haz los ejercicios de brazos 3 veces al día. Haz cada ejercicio 10 veces:
 1. Levanta el brazo para apuntar al techo. Mantén el codo recto.
 2. Levanta el brazo hacia un lado. Mantén el codo recto y la palma hacia adelante. No te encojas de hombros; tampoco dobles el tronco.
 3. Mantén tu brazo hacia un lado. Haz movimientos circulares usando sólo tus hombros.
- Puedes ayudar a tu recuperación si:
 - Comienzas a alimentarte.
 - Sostienes tu propia bebida.
 - Te cepillas los dientes.
 - Haces tanto por ti mismo como puedas.



Vestirse y bañarse

Una vez que se retire el catéter Foley, puedes usar tu propia ropa.

- Por tu seguridad y comodidad, siéntate en una silla para vestirte. Coloca tu tobillo en la rodilla opuesta cuando te pongas o quites los calcetines y cuando metas los pies en los pantalones. Puede ser más cómodo doblarte a la altura de las caderas en lugar de la cintura.
- Baño: Una vez que el cirujano diga que puedes bañarte, coloca una silla de ducha, una silla plegable o una silla de plástico para exteriores en la tina o bañera. Esto te ayudará a lavar tus piernas y pies de manera segura.
- Existen esponjas y pinzas de largo alcance. Pregúntale a tu terapeuta si necesitas una para usar en casa.



Para obtener más información sobre la salud y el bienestar, consulte este recurso:

<https://kidshealth.org/ChildrensWI/es/parents>

ALERTA: Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualesquier preguntas o inquietudes o si tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.

Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo o familiar. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.