

Terapia ocupacional después de la cirugía de fusión espinal

Información importante

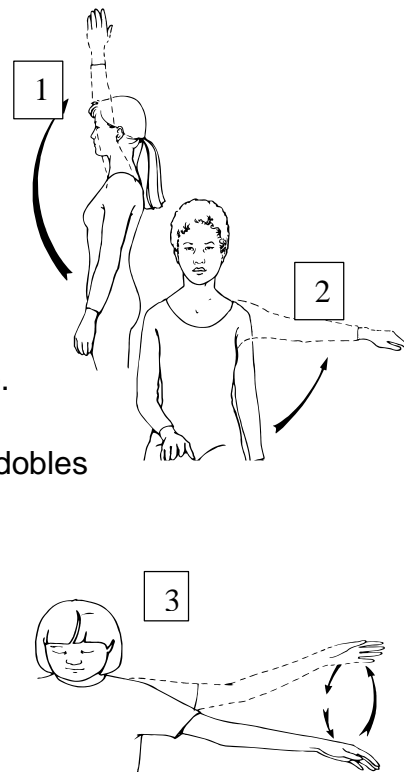
Puedes inclinarte hacia delante a la altura de las caderas y el cuello. Mantén tu espalda recta, no te encorves.

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.

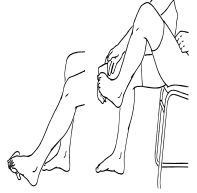
Sostienes tu propia bebida.

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.

ALERTA: Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene alguna pregunta o inquietud o si su hijo tiene necesidades especiales de atención médica que no se cubrieron en esta información.

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