



**Dr. Lucas Wymore**  
Medicina Deportiva  
40700 California Oaks Drive Suite 205  
Murrieta, CA 92562

Teléfono de la oficina: 949-491-9991  
Fax de la oficina: 949-612-9795  
Correo electrónico: Wymore@newportcare.org

## **GUÍA DEL PACIENTE PARA LA ARTROSCOPIA DE RODILLA**

### **¿Qué es la artroscopia?**

El artroscopio es un instrumento de fibra óptica (más estrecho que un bolígrafo) que se coloca en la articulación de la rodilla a través de pequeñas incisiones. Se conecta una cámara al artroscopio y la imagen se visualiza en un monitor de televisión. El artroscopio me permite evaluar completamente toda la articulación de la rodilla, incluida la rótula (rótula), las superficies del cartílago, el menisco, los ligamentos (LCA y LCP) y el revestimiento de la articulación. Se insertan pequeños instrumentos de 3 a 5 milímetros de tamaño a través de incisiones adicionales para que pueda palpar las estructuras articulares en busca de cualquier daño, diagnosticar la lesión y luego reparar, reconstruir o extirpar el tejido dañado.

Antes del desarrollo de la artroscopia, se tenían que hacer grandes incisiones sobre la articulación de la rodilla para tratar o diagnosticar lesiones. Las técnicas artroscópicas actuales permiten evaluaciones más completas de la articulación de la rodilla al tiempo que aceleran el proceso de rehabilitación.

### **¿Qué tipos de procedimientos se pueden realizar con el artroscopio?**

La artroscopia permite al cirujano ver el interior de la articulación de la rodilla y realizar una variedad de cirugías. Estas cirugías incluyen:

- Evaluación completa de la articulación (artroscopia diagnóstica)
- Extirpación de cartílago dañado o desgarrado (meniscectomía parcial)
- Reparación de cartílago desgarrado (reparación de meniscos)
- Alisado del daño a la superficie del cartílago en la artritis (condroplastia)
- Ayudar en el reemplazo de ligamentos dañados (reconstrucción de LCA o LCP)
- Realineación de la rótula en el mal trazado rotuliano (liberación lateral)
- Extirpación del revestimiento de la articulación (sinovectomía)
- Reemplazo de cartílago articular (trasplante de cartílago)

### **¿Cuáles son algunas de las posibles complicaciones de la cirugía?**

Si bien las complicaciones no son comunes, todas las cirugías tienen un riesgo asociado. Las posibles complicaciones incluyen rigidez de la rodilla después de la cirugía o dolor continuo. El uso de técnicas artroscópicas intenta limitar estas complicaciones. Otras complicaciones incluyen infección, sangrado, daño a los nervios, coágulos de sangre o problemas con la anestesia.

### **¿Qué tipo de anestesia se utiliza?**

La artroscopia de rodilla se puede realizar con anestesia general (ir a dormir o anestesia local con sedación. El tipo de anestesia dependerá de su elección, así como del tipo de procedimiento al que se someta.

### **¿Qué debo hacer para prepararme para la cirugía?**

Nuestro personal le ayudará a organizar la cirugía a través de su compañía de seguros y le instruirá sobre cualquier papeleo que pueda ser necesario.

Antes de su cirugía, es posible que le pidan que se haga varias pruebas médicas, que se realizan de forma ambulatoria. La mayoría de los pacientes necesitan algunos análisis de sangre menores. Si tiene más de 45 años, es posible que necesite un electrocardiograma. Algunos pacientes necesitan ver a un internista o a su médico de cabecera para obtener autorización para la cirugía.

La noche antes de la cirugía, un miembro de nuestro personal se comunicará con usted para informarle a qué hora debe llegar para la cirugía. No puede comer ni beber nada después de la medianoche de la noche anterior a su cirugía.

### **¿Puedo seguir tomando mis medicamentos?**

Debe DEJAR de tomar cualquier aspirina o medicamento antiinflamatorio (Motrin, Advil, Relafen, Naprosyn, etc.) al menos siete días antes de su cirugía. Sin embargo, puede CONTINUAR tomando Celebrex o Vioxx si está tomando estos medicamentos. También puede tomar Tylenol según sea necesario.

Continúe tomando cualquier otro medicamento recetado, como pastillas para la presión arterial, hasta el día de la cirugía. También puede tomar estos medicamentos la mañana de la cirugía con un sorbo de agua.

### **¿Cuánto tiempo estaré en el hospital?**

Casi todos los pacientes pueden someterse a una cirugía y volver a casa el mismo día. Ocasionalmente, los pacientes serán admitidos para pasar la noche.

### **¿Qué sucede el día de la cirugía?**

El día antes de la cirugía, se le indicará a qué hora debe presentarse en el hospital. Será admitido y llevado a un centro preoperatorio donde se le preparará para la cirugía.

Se le preguntará varias veces en qué extremidad estoy operando. Tenga en cuenta que le hacen esta pregunta muchas veces a propósito.

Después de la operación, lo llevarán a la sala de recuperación para ser monitoreado. Una vez que los efectos de la anestesia hayan desaparecido y su dolor esté bajo control, lo

llevarán a otra área donde pueda ver a su familia y terminar de recuperarse. Se le darán todas las instrucciones postoperatorias y los analgésicos antes de irse.

Tenga en cuenta que el proceso de registrarse, prepararse para la cirugía, someterse a la operación y recuperarse de la anestesia lleva la mayor parte del día. Recomendaría que usted y los miembros de su familia traigan material de lectura para que el proceso sea más fácil para todos.

### **¿Cómo debo cuidar mi rodilla después de la cirugía?**

Antes de ser dado de alta, se le darán instrucciones específicas sobre cómo cuidar su rodilla. En general, puede esperar lo siguiente:

**Dieta:** Reanude su dieta regular tan pronto como la tolere. Es mejor comenzar con líquidos claros antes de avanzar a alimentos sólidos.

**Medicamentos:** Se le dará una receta para analgésicos.

**Vendaje:** Tendrá un vendaje grueso en la rodilla. Se le indicará cuándo se puede retirar, generalmente en 3 días. Después de retirar el vendaje, debe cubrir las suturas con una curita para proteger el área de la irritación.

**Ducharse:** Puede ducharse después de que se retire el vendaje, después de 2 a 3 días. No puede bañarse hasta que las heridas estén completamente selladas, generalmente de 2 a 3 semanas después de la cirugía.

**Muletas:** Tendrá muletas después de la cirugía y se le instruirá sobre cómo usarlas. El tiempo que use las muletas dependerá del tipo de cirugía realizada y puede variar de uno a dos días hasta 6 semanas.

**Aparato ortopédico:** Dependiendo de su cirugía, es posible que reciba un aparato ortopédico para la rodilla. Se le indicará la cantidad de movimiento permitido en el aparato ortopédico y cuánto tiempo se necesita.

**Hielo:** Es posible que reciba una máquina de hielo que rodea continuamente su rodilla con agua fría. De lo contrario, puede aplicar hielo sobre los apósitos durante 30 minutos cada hora durante varios días. No use calor.

**Extracción de suturas:** Sus puntos se retirarán en su visita al consultorio de 7 a 10 días después de la cirugía. En ocasiones, se utilizan suturas que se reabsorben y no es necesario retirarlas.

**Visita de seguimiento al consultorio:** Se le indicará cuándo hacer un seguimiento en el consultorio. Por lo general, esto es de 7 a 10 días después de la cirugía.

**Ejercicio:** Se le indicarán los ejercicios que puede hacer inmediatamente después de la cirugía. Comenzará la fisioterapia dentro de 1 a 2 semanas después de la cirugía.

**Regreso al trabajo o a la escuela:** Puede regresar a la escuela o al trabajo dentro de 3 a 5 días usando las muletas. Si su trabajo implica caminar más tiempo o realizar actividades pesadas, es posible que esté sin trabajo o sin escuela por un período de tiempo más largo.

### **¿En qué consistirá la rehabilitación?**

La rehabilitación se basa en varios objetivos: 1) permitir que el tejido sane; 2) recuperar el movimiento; 3) recuperar fuerzas; y 4) regreso a los deportes. El protocolo específico de rehabilitación para el fisioterapeuta dependerá del procedimiento realizado, y será revisado después de la cirugía.

### **¿Cuándo puedo volver a hacer deporte?**

Su regreso a los deportes dependerá de la magnitud del daño y del procedimiento realizado en la rodilla. En general, se le permitirá volver a practicar deportes en uno o dos meses después de la cirugía. Debe tener buen movimiento, fuerza y control de la rodilla. La rapidez con la que regrese a los deportes depende de varios factores, entre ellos: 1) su propia tasa de curación; 2) el daño encontrado en la cirugía; 3) si tiene alguna complicación; 4) qué tan bien sigue las instrucciones postoperatorias; 5) qué tan duro trabaja en la rehabilitación.

### **Nuestro compromiso**

Todo el equipo de NewportCare está comprometido con usted, el paciente. Entendemos que este es un momento estresante y que es posible que esté ansioso por su lesión y la necesidad de una cirugía. Por favor, póngase en contacto conmigo si tiene alguna pregunta sobre su lesión o plan de tratamiento.

### **Dr. Lucas Wymore**

Teléfono de la oficina: 949-491-9991

Fax de la oficina: 949-612-9795

Correo electrónico: [Wymore@newportcare.org](mailto:Wymore@newportcare.org)