



**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](mailto:Wymore@newportcare.org)

## **GUÍA PARA EL PACIENTE SOBRE LAS INYECCIONES DE RODILLA**

### **¿Qué es una inyección de cortisona?**

Una inyección de cortisona consiste en un medicamento esteroide (cortisona o su derivado) y un medicamento anestésico de acción corta (lidocaína).

### **¿Cómo ayuda una inyección de cortisona?**

La inyección ayuda al proporcionar medicamentos directamente en el área de inflamación para reducir el dolor y la hinchazón.

### **¿Cuánto tiempo tardará en hacer efecto?**

Por lo general, el medicamento anestésico hace efecto de inmediato, en unos pocos minutos. Esto puede durar varias horas. Sin embargo, por la noche después de la inyección, este efecto desaparece y la extremidad puede doler. Por lo general, el esteroide tarda unos días en hacer efecto.

### **¿Cuánto tiempo durará la inyección?**

El efecto de las inyecciones de esteroides es variable. En algunos pacientes, el efecto es de muy corta duración (unos pocos días). Sin embargo, generalmente se espera que la inyección dure hasta 3 meses. En muchos pacientes, la inyección es suficiente para calmar la inflamación y el dolor, de modo que los síntomas se resuelvan por completo.

### **¿Cuáles son los posibles efectos secundarios?**

Los efectos secundarios de las inyecciones de cortisona son extremadamente bajos. Sin embargo, los posibles efectos secundarios incluyen: decoloración de la piel en el lugar de la inyección; un brote de esteroides (aumento de la molestia dentro de las 48 horas posteriores a la inyección); y una infección por penetrar en la piel con la inyección. Demasiadas inyecciones o inyecciones con demasiada frecuencia pueden debilitar los tejidos.

### **¿Cuándo puedo volver a mi actividad?**

La inyección no le impedirá volver a sus actividades habituales, como el trabajo. Sin embargo, debe abstenerse de practicar deportes durante los primeros días para permitir que el esteroide comience a funcionar.

### **¿Qué es una inyección de ácido hialurónico (AH)?**

Las inyecciones de AH consisten en una proteína que se produce de forma natural en el cartílago de la superficie articular. Hay muchas marcas de este tipo de inyección.

### **¿Cómo ayuda una inyección de AH?**

La inyección ayuda al proporcionar medicamentos directamente a la articulación de la rodilla, lo que proporciona amortiguación y lubricación, al mismo tiempo que proporciona un efecto antiinflamatorio leve.

### **¿Cuánto tiempo tardará en hacer efecto?**

Por lo general, se necesitan al menos dos semanas para que la HA haga efecto, pero la mejora se puede ver hasta por 2 meses.

### **¿Cuánto tiempo durará la inyección?**

El efecto de las inyecciones de AH es variable. En algunos pacientes, el efecto es de muy corta duración (unos pocos días). Sin embargo, generalmente se espera que la inyección dure hasta 6 meses. En muchos pacientes, la inyección es suficiente para calmar la inflamación y el dolor, de modo que los síntomas se resuelvan por completo. Se pueden repetir y, por lo general, su seguro cubrirá 2 tratamientos al año durante el tiempo que continúen funcionando.

### **¿Cuáles son los posibles efectos secundarios?**

Los efectos secundarios de las inyecciones de AH son extremadamente bajos. Sin embargo, los posibles efectos secundarios incluyen: irritación en el lugar de la inyección; un brote (aumento de las molestias dentro de las 48 horas posteriores a la inyección); y una infección por penetrar en la piel con la inyección.

### **¿Cuándo puedo volver a mi actividad?**

La inyección no le impedirá volver a sus actividades habituales, como el trabajo. Sin embargo, debe abstenerse de hacer deporte durante los primeros días para permitir que la HA comience a funcionar.

### **¿Qué es una inyección de plasma rico en plaquetas (PRP)?**

Una inyección de PRP consiste en una inyección biológica que se realiza haciendo girar la sangre en una centrífuga para separar las capas de la sangre. A continuación, se extrae la capa de plasma y se inyecta en la rodilla.

### **¿Cómo ayuda una inyección de PRP?**

La inyección ayuda proporcionando factores de curación y crecimiento directamente en el área de inflamación para reducir el dolor y la hinchazón. Además, existe cierta evidencia de que el PRP puede proteger el cartílago restante de cambios adicionales en la artritis. En este momento, no existe evidencia de que el PRP vuelva a generar cartílago.

### **¿Cuánto tiempo tardará en hacer efecto?**

Por lo general, el medicamento anestésico hace efecto de inmediato, en unos pocos minutos. Esto puede durar varias horas. Sin embargo, por la noche después de la inyección, este efecto desaparece y la extremidad puede doler. Por lo general, el PRP tarda de unos días a varias semanas en hacer efecto.

### **¿Cuánto tiempo durará la inyección?**

El efecto de las inyecciones de PRP es variable. En algunos pacientes, el efecto es de muy corta duración (unos pocos días). Sin embargo, en general se espera que la inyección dure hasta 12 meses. En muchos pacientes, la inyección es suficiente para calmar la inflamación y el dolor, de modo que los síntomas se resuelvan por completo. En los estudios publicados más recientes, el beneficio se observa en los pacientes que tienen más alivio del dolor en los meses 6 y 12 después de la inyección en comparación con la cortisona o el AH. El PRP y el AH pueden combinarse, y algunas pruebas demuestran que duran más cuando se administran juntos que por sí solos.

### **¿Cuáles son los posibles efectos secundarios?**

Los efectos secundarios de las inyecciones de PRP son extremadamente bajos. Sin embargo, los posibles efectos secundarios incluyen: irritación en el lugar de la inyección; un brote (aumento de las molestias dentro de las 48 horas posteriores a la inyección); y una infección por penetrar en la piel con la inyección.

### **¿Cuándo puedo volver a mi actividad?**

La inyección no le impedirá volver a sus actividades habituales, como el trabajo. Sin embargo, debe abstenerse de hacer deporte durante los primeros días para permitir que el PRP comience a funcionar. Debe evitar los AINE como el ibuprofeno o el diclofenaco durante 6 semanas.

### **Cobertura de seguro**

Tanto la cortisona como el ácido hialurónico están cubiertos por el seguro. HA requerirá autorización previa, de la que se encarga nuestra oficina comercial. Muchas veces, su seguro requerirá una inyección de cortisona antes de cubrir el HA.

El PRP no está cubierto por ningún programa de seguro en este momento. Nuestra oficina cobra un pago de \$500 por 1 vez para cubrir el costo del equipo necesario para el PRP. Esto también cubre el costo de la inyección.