

# Instrucciones de alta para una reparación abierta del manguito de los rotadores

Le hicieron un procedimiento que se llama reparación abierta del manguito de los rotadores. El manguito de los rotadores se compone de músculos y tendones que rodean el hombro. Es el encargado de que el hueso de la parte superior del brazo (húmero) se sujete bien a la articulación del hombro. El proveedor de atención médica hizo una incisión (corte) cerca del omóplato y reparó los músculos o tendones desgarrados del hombro. Estas son las instrucciones que debe seguir para cuidar el brazo en el hogar.

## Actividad

- Después de la cirugía, descanse el brazo y relájese por el resto del día.
- Si estuvo dormido durante el procedimiento (con anestesia general), no opere herramientas eléctricas ni maquinaria, no beba alcohol ni tome decisiones importantes durante al menos 24 horas después de la cirugía.
- Póngase el cabestrillo, el aparato ortopédico o el inmovilizador como le indiquen.
- No conduzca hasta que el proveedor de atención médica le diga que puede hacerlo. Nunca conduzca mientras esté tomando analgésicos opioides.
- Flexione la muñeca y mueva los dedos con frecuencia para favorecer el flujo de sangre.
- El proveedor de atención médica puede recomendarle que haga ejercicios pendulares después de la cirugía. Si le dieron esta recomendación, haga lo siguiente:
  - Sosténgase del respaldo de una silla. O inclínese sobre una mesa con la mano sana.
  - Deje colgar el brazo recto hacia el piso y use el torso para mover el brazo afectado en círculos. Primero, haga 20 círculos en una dirección. Luego, haga 20 círculos en la otra dirección.
  - Repita el ejercicio pendular cada 2 horas mientras esté despierto. Cuando sienta que puede, aumente la cantidad de círculos a 50 en cada dirección cada 2 horas.

## Cuidado de la incisión

- Inspeccione la incisión todos los días para ver si hay enrojecimiento, sensibilidad o secreción.
- No se sumerja en una tina, una bañera de hidromasaje ni una piscina hasta que el proveedor de atención médica le diga que puede hacerlo.
- Espere varios días después de la cirugía para volver a ducharse o hasta que el proveedor de atención médica le diga que puede hacerlo. Luego, dúchese cuando lo necesite. Lave delicadamente la incisión con agua y jabón. Seque la herida con golpes suaves. No frote la incisión ni le coloque cremas o lociones.

- Es posible que le hayan cerrado la incisión con suturas, grapas o tiras adhesivas. Si tiene suturas o grapas, es posible que deba quitarlas unas 2 o 3 semanas después de la cirugía. Deje que las tiras adhesivas se desprendan por sí solas.

## **Cuidados en el hogar**

- Tome analgésicos según le indique el proveedor de atención médica.
- Aplique sobre el hombro una compresa de hielo o de chícharos congelados (o algo similar) envuelta en una toalla fina para reducir la hinchazón durante las primeras 48 horas. Aplíquese la compresa de hielo durante 20 minutos y, luego, quítesela durante otros 20 minutos. Repita este procedimiento cuantas veces sea necesario.
- Tómese la temperatura a diario durante 7 días después de la cirugía. Informe al proveedor de atención médica si tiene fiebre superior a 100.4 ° F ( 38 ° C). La fiebre puede ser un signo de infección.

## **Atención de seguimiento**

Programe una cita de seguimiento con el proveedor de atención médica como se le indique.

## **Cuándo llamar al 911**

Llame al 911 de inmediato si ocurre algo de lo siguiente:

- Dolor de pecho
- Falta de aire

## **Cuándo llamar al proveedor de atención médica**

Llame al proveedor de atención médica de inmediato ante cualquiera de los siguientes signos o síntomas:

- Dolor de hombro que empeora incluso después de tomar analgésicos
- Dolor o hinchazón del brazo del lado de la cirugía
- Entumecimiento, hormigueo, frío o coloración azul-grisácea del brazo o los dedos del lado de la cirugía
- Fiebre de 100.4 ° F ( 38 ° C) o superior, o según lo que le haya indicado el proveedor de atención médica
- Escalofríos con temblores
- Drenaje, supuración, enrojecimiento o calor en la incisión o mal olor
- Náuseas o vómitos