

# Antes de la Intervención: Reparación de LCA

Si te sientes nervioso al prepararte para la reparación de tu LCA. Es comprensible. No te sometes a cirugías diario.

Enfócate en lo positivo. En poco tiempo regresarás a las actividades que más disfrutabas.

Saber lo que pasará en la cirugía, ayudará a que te sientas menos ansioso y mejor preparado. Estos las preocupaciones comunes sobre la reparación de LCA.

¿Cómo me sentiré después de la cirugía?

Probablemente tengas dolor. Todos son distintos y tu equipo médico no puede predecir el nivel de molestia que tendrás.

Pero, cualquier dolor mejorará con el tiempo y tu equipo médico está listo para ayudarte.

El control del dolor ha mejorado con los años. Consulta a tu profesional médico antes, sobre las opciones para mejorar tu dolor.

¿Cuánto tiempo va a tomar la recuperación?

Sin duda, tu cuerpo necesitará tiempo para sanar. El tiempo depende de tu salud en general y condición física anterior a la cirugía.

Tu equipo médico hará un plan de rehabilitación para ayudar con tu recuperación los meses posteriores a tu intervención.

Si eres un atleta, tomará tiempo volver a tu deporte, después de sanar gradualmente y recuperar la fuerza. Para acelerar las cosas, sigue con tu plan de rehabilitación, en especial la terapia física.

¿Si me vuelvo a lastimar?

Existe la posibilidad de volver a lesionar tu rodilla después de la cirugía. Más si eres atleta o activo. Puedes reducir este riesgo. La terapia física es clave.

La recuperación toma tiempo. Ajusta tus metas si es necesario. Infórmale a tu profesional médico o terapeuta si temes volver lastimarte o estás deprimido. Te ayudarán.

Quiere asegurarse de que estás física y mentalmente preparado cuando regreses a las actividades que gozas.

¿Sigues con dudas o preocupaciones? Tu equipo médico está aquí para ayudarte. Habla con ellos.

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.

