



Mira el video

## Preparación para su cirugía de reemplazo de articulación



### Descripción general

Antes de una cirugía de reemplazo de articulación, usted debe prepararse. Usted recibirá instrucciones que deberá seguir. Aunque pueden ser muchas las cosas que usted debe hacer, revisemos los aspectos básicos.

### Ponerse en forma

Su planificación puede comenzar meses antes de su cirugía. El exceso de peso ejerce presión sobre una articulación nueva. Por lo tanto, si tiene sobrepeso, adelgace antes de su procedimiento. Si fuma, reduzca la cantidad o abandone el hábito. Y pregunte acerca de ejercicios que puede hacer para preparar a su cuerpo para la cirugía.

### Plan de recuperación

En los días previos a la cirugía, haga planes para su recuperación. Surta toda prescripción que pudiera necesitar. Pida prestado un andador, muletas o bastón y vea qué tan bien puede desplazarse por su casa. Fíjese si existe algo que pueda causar un traspie. Instale barras para agarrarse o alfombras antideslizantes en el baño, de modo que no se resbale. Mueva las cosas que necesita a los estantes más bajos. Y solicite su permiso de estacionamiento para discapacitados.

### Inmediatamente antes de la cirugía

Al aproximarse el momento de la cirugía, repase cuidadosamente sus instrucciones. Pueden solicitarle que se abstenga de comer y beber durante varias horas previas a la cirugía. Es posible que se le indique cómo ducharse, afeitarse o limpiar el sitio quirúrgico. No use maquillaje el día de la cirugía. No utilice esmalte de uñas ni lentes de contacto.

### No olvide

Deje las joyas y objetos de valor en casa. Lleve consigo sus documentos de identidad y su tarjeta de seguro médico. También lleve ropa cómoda y holgada para ponerse después de la cirugía.

### Conclusión

Siga todas las instrucciones al pie de la letra. Estas le ayudan a mantenerse seguro. Si usted no las sigue, podrían cancelar su cirugía. Para obtener más información, hable con su proveedor de atención médica.