

Cuidados básicos de la amputación

La amputación es la pérdida de una extremidad por una lesión o por una cirugía.

El objetivo de la rehabilitación es recuperar al máximo la independencia funcional, así como preparar al paciente y a su miembro residual para el uso de la prótesis.

Se deben tener en cuenta los cuidados posturales básicos. cuidados de la piel, Vendaje Compresivo, manejo de cicatriz, movilizaciones pasivas y ejercicios generales.

1

Si la amputación es por debajo de rodilla, debe mantener el muñón en completa extensión, no colocar almohadas ni cobijas debajo de la rodilla. Se recomienda un colchón firme que no permita que se hunda, así la cadera no quedará flexionada ni tampoco el muñón.

2

Después de que la herida sane, manténgala destapada, lave el muñón todos los días, con agua y jabón suave o neutro, séquelo bien.

3

Use el vendaje elástico todo el tiempo, envuélvalo de nuevo cada 2 o 4 horas, verifique que no tenga pliegues. La forma de envolverlo es en diagonal nunca en forma circular.



**HOSPITAL
UNIVERSITARIO
SAN IGNACIO**

CIENCIA Y TECNOLOGIA CON PROYECCION SOCIAL

**Unidad de Rehabilitación
Hospital Universitario San Ignacio
www.husi.org.co**

1

Cuidados básicos de la amputación

4

Acuéstese boca abajo 3 o 4 veces al día durante aproximadamente 20 minutos. Esta posición facilita el estiramiento de un musculo importantes de la cadera el psoas iliaco. No permitir que el muñón quede separado de su cuerpo, colocar sacos de arena para mantener el muñón alineado.

5

Al estar de pie no permita que el muñón quede levantado, esto con el fin de evitar vicios posturales que pueden interferir en el manejo protésico posterior.

6

Una vez cerrada la herida y retirados los puntos (10 a 15 días), se inicia manejo de la cicatriz para evitar su adherencia; se le realizará masaje suave en sentido circular y en forma de cremallera realizando presión a tolerancia suya. Se realizará masaje en el muñón para ayudar a la conformación de este y facilitar la circulación, la técnica más utilizada es el amasamiento.

7

Desensibilizar el muñón. Realice masaje suave en sentido circular y en cremallera, también puede utilizar diversas texturas, empezando por cosas suaves, una toalla húmeda o un cepillo de cerdas finas; frote la cicatriz y el muñón suavemente con un trozo de tela de hilo o algodón suave, progrese a toalla seca y cepillo con cerdas más duras según su tolerancia.



**HOSPITAL
UNIVERSITARIO
SAN IGNACIO**

CIENCIA Y TECNOLOGIA CON PROYECCION SOCIAL

**Unidad de Rehabilitación
Hospital Universitario San Ignacio
www.husi.org.co**

2

Ejercicios para amputados

1

Acostado, coloque un cojín en el extremo del muñón , con la rodilla presione hacia la cama con mucha fuerza, sostenga y descanse (repita 10 veces).

2

Acostado boca arriba apoyado en la pierna no operada levante la cadera y el muñón de amputación, contraiga los glúteos, sostenga por 5 segundos y descanse (repita 10 veces).

3

Acostado boca arriba, deslice el muñón hacia afuera y luego hacia adentro (repita 10 veces).

4

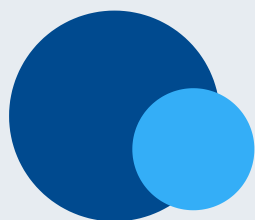
Acostado de medio lado, eleve el muñón hacia el techo, sostenga por 5 segundos y descanse (repita 10 veces). No deje que la cadera se desplace hacia atrás mientras levanta la extremidad.



Ejercicios para amputados

5

Acostado boca abajo eleve el muñón, sostenga por 5 segundos y descance (repetir 10 veces).

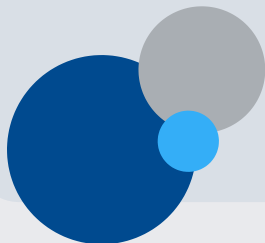


6

Acostado con la pierna doblada y los brazos estirados al frente, levante cabeza y hombros, apriete el abdomen, sostenga 5 segundos y descance (repita 10 veces).

7

Sentado en una silla, apóyese en los brazos de esta y levante el cuerpo de la silla, sostenga arriba de 5 a 10 segundos y descance (repita 10 veces).



8

Con una botella en la mano doble el codo y estírelo lentamente (repita 10 veces). Descanse y cambie de brazo.



**HOSPITAL
UNIVERSITARIO
SAN IGNACIO**

CIENCIA Y TECNOLOGIA CON PROYECCION SOCIAL

**Unidad de Rehabilitación
Hospital Universitario San Ignacio
www.husi.org.co**

Ejercicios para amputados

9

Con una pesa de 1 libra o una botella de agua en cada mano, lleve los brazos a los lados, sostenga 5 segundos la posición y descanse (realícelo 10 veces).

10

Con una pesa de 1 libra o una botella de agua en cada mano, eleve los dos brazos hacia el techo y bájelos (realice 10 repeticiones).

11

Sentado en una silla, amarre un elástico (thera band) al frente y estire el elástico haciendo fuerza hacia atrás con sus brazos. (realice 10 repeticiones).

12

Acostado de medio lado con ayuda de otra persona, estire el muñón hacia atrás, sosténgalo de 5 a 10 segundos y descanse, repítalo 10 veces.



**HOSPITAL
UNIVERSITARIO
SAN IGNACIO**

CIENCIA Y TECNOLOGÍA CON PROYECCIÓN SOCIAL

**Unidad de Rehabilitación
Hospital Universitario San Ignacio
www.husi.org.co**

Ejercicios para amputados

13

Cuando la amputación es debajo de la rodilla:

Sentado con el muñón colgado por fuera de la mesa o silla y con la ayuda de otra persona estire la rodilla, sostenga la posición por 10 segundos y descance. (realice 10 repeticiones).

14

Acostado boca abajo, doble la rodilla como a querer tocar con el muñón la nalga y estire nuevamente, realice 3 series de 10 repeticiones.

15

Sentado al borde de la cama o de la mesa, estire al frente el muñón sin levantar el muslo de la mesa, sostenga la posición por 10 segundos y descance (repita 10 veces).

Recuerde que debe seguir las indicaciones de su fisioterapeuta.

OBSERVACIONES DEL FISIOTERAPEUTA:



**HOSPITAL
UNIVERSITARIO
SAN IGNACIO**

CIENCIA Y TECNOLOGIA CON PROYECCION SOCIAL

**Unidad de Rehabilitación
Hospital Universitario San Ignacio
www.husi.org.co**