



**EMPRESA SOCIAL DEL  
ESTADO  
ARMENIA QUINDÍO  
NIT. 801001440-8**

Código: M-GH-P-046

Versión: 1

Fecha de elaboración: 04/2014

Fecha de revisión: 19/11/2014

Página: 1 de 10

**Nombre del  
Documento:**

Protocolo Fisioterapia en  
Reemplazo de Cadera

**Unidad  
Administrativa:**

Subgerencia Científica

# PROTOCOLO FISIOTERAPIA EN REEMPLAZO DE CADERA

**UBICACIÓN:** SERVICIO TERAPIA FISICA

**FECHA DE LA PRÓXIMA ACTUALIZACIÓN:** Abril  
de 2018

**REFLEXIÓN:** "El secreto de la atención del  
paciente, está en interesarse por él." Peabody

## *EJES TEMÁTICOS DE LA ACREDITACIÓN*

**SEGURIDAD DEL  
PACIENTE**



**HUMANIZACIÓN**



**ENFOQUE DE  
RIESGO**



**GESTIÓN DE LA  
TECNOLOGÍA**



Elaboró: Fisioterapeuta

Revisó: Calidad




Aprobó: Comité de Archivo

	<b>EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO ARMENIA QUINDÍO NIT. 801001440-8</b>	Código: M-GH-P-046
		Versión: 1
		Fecha de elaboración: 04/2014
		Fecha de revisión: 19/11/2014
		Página: 2 de 10

<b>Nombre del Documento:</b>	Protocolo Fisioterapia en Reemplazo de Cadera	<b>Unidad Administrativa:</b>	Subgerencia Científica
------------------------------	---	-------------------------------	------------------------

<b>CONFLICTO DE INTERÉS</b>	  
-----------------------------	---




Entre los autores que describieron el protocolo no se describieron conflictos de interés.

<b>INTRODUCCIÓN</b>	  
---------------------	---

Desde la aparición de la artroplastia de las articulaciones, el período de rehabilitación de cadera ha progresado notablemente. Cuando la artroplastia de cadera recién se inició, la rehabilitación era, a menudo, larga y difícil. Los pacientes debían hacer reposo en cama por períodos prolongados y la terapia física era extensa y dolorosa casi siempre. En La actualidad se ha visto que con un programa de adecuado se pueden obtener excelentes resultados en el restablecimiento postoperatorio en cuanto a la movilidad articular y el fortalecimiento muscular especialmente en pacientes que han pasado por cirugía

<b>DEFINICIÓN</b>	  
-------------------	---

El Reemplazo Total de Cadera es una operación quirúrgica destinada a sustituir una articulación de cadera dañada o enferma. El Reemplazo Total de Cadera reemplaza la cadera dañada del fémur por una esfera de acero inoxidable montada en un vástago y vuelve a cubrir la cavidad (acetábulo) con una cavidad de polietileno especial. Estos componentes generalmente se adhieren al hueso con un tipo de cemento llamado Metacrilato de Metilo. En casos especiales se pueden usar otros tipos de vástagos (prótesis), lo que queda siempre a criterio del cirujano. La nueva articulación busca aliviar el dolor, disminuir la rigidez, y, en la mayoría de los casos, restituir a la pierna su longitud, ayudando así a mejorar la movilidad.

<b>OBJETIVOS</b>	  
------------------	---

Elaboró: Fisioterapeuta	Revisó: Calidad	Aprobó: Comité de Archivo
-------------------------	-----------------	---------------------------

	<b>EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO ARMENIA QUINDÍO NIT. 801001440-8</b>	Código: M-GH-P-046
		Versión: 1
		Fecha de elaboración: 04/2014
		Fecha de revisión: 19/11/2014
		Página: 3 de 10

<b>Nombre del Documento:</b>	Protocolo Fisioterapia en Reemplazo de Cadera	<b>Unidad Administrativa:</b>	Subgerencia Científica
------------------------------	---	-------------------------------	------------------------

**GENERAL:**

- Mejorar la calidad de vida del Paciente con diagnóstico de post operatorio de reemplazo de cadera, manteniendo al máximo la independencia en la ejecución de las AVD.

**ESPECÍFICOS.**

- Buscar la sedación o la eliminación del dolor
- Modular edema
- Mejorar y mantener AMA y niveles de Fuerza muscular
- Corregir los defectos de la estática
- Entrenamiento de Traslado y entrenamiento de la marcha para permitir movilidad funcional segura después de la cirugía.
- Educar al paciente para asegurarse de que comprenda cuales son las precauciones que debe tomar con respecto a la cadera total y lograr que las cumpla.

**ÁMBITO DE APLICACIÓN**



Áreas de consulta externa y Programa de Asistencia Domiciliaria (PADO).

**POBLACIÓN OBJETO**



Usuarios del Servicio de Fisioterapia de Consulta externa de Red Salud Armenia a los cuales les hayan realizado reemplazo de cadera.

**PERSONAL QUE INTERVIENE**



- Fisioterapeuta.
- Auxiliar de enfermería.

**MATERIALES Y EQUIPO**



Elaboró: Fisioterapeuta	Revisó: Calidad	Aprobó: Comité de Archivo
-------------------------	-----------------	---------------------------

	<b>EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO ARMENIA QUINDÍO NIT. 801001440-8</b>	Código: M-GH-P-046
		Versión: 1
		Fecha de elaboración: 04/2014
		Fecha de revisión: 19/11/2014
		Página: 4 de 10

<b>Nombre del Documento:</b>	Protocolo Fisioterapia en Reemplazo de Cadera	<b>Unidad Administrativa:</b>	Subgerencia Científica
------------------------------	---	-------------------------------	------------------------

- Tens
- Paquetes calientes
- Paquetes fríos
- Balones terapéuticos
- Therabands
- Almohadas
- Vibrador
- Camillas
- Toallas
- Sabanas
- Fundas

### INDICACIONES



El tratamiento Fisioterapéutico está indicado para pacientes con sensación de dolor en región de cadera, con o sin irradiación a MMII, con diagnósticos de osteoartrosis, artritis, cefalea tensional y otros relacionados.

### PROCEDIMIENTO



Para el cumplimiento de los objetivos terapéuticos en el diagnóstico POP Reemplazo total de cadera, se van a utilizar varios medios terapéuticos como:

**TERMOTERAPIA:** Ya que esta tiene un efecto sedativo, sobre el dolor y un efecto relajante en el músculo donde se es aplicada, originado en el efecto vasodilatador que posee el calor

**ELECTROTERAPIA:** con ella se busca obtener:

- Cambios químicos: Actuando sobre disoluciones orgánicas influyendo en el metabolismo
- Influencia sensitiva: En receptores nerviosos-sensitivos, buscando concienciación y analgesia.

Elaboró: Fisioterapeuta	Revisó: Calidad	Aprobó: Comité de Archivo
-------------------------	-----------------	---------------------------

	<b>EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO ARMENIA QUINDÍO NIT. 801001440-8</b>	Código: M-GH-P-046
		Versión: 1
		Fecha de elaboración: 04/2014
		Fecha de revisión: 19/11/2014
		Página: 5 de 10

<b>Nombre del Documento:</b>	Protocolo Fisioterapia en Reemplazo de Cadera	<b>Unidad Administrativa:</b>	Subgerencia Científica
------------------------------	---	-------------------------------	------------------------

- Influencia Motora: En fibras musculares o nerviosas
- Influencia en la Regeneración Tisular: Además del estímulo circulatorio con llegada de nutrientes y oxígeno para la reparación del tejido, se produce una influencia biofísica que estimula el metabolismo celular hacia la multiplicación y coadyuva en el reordenamiento y reestructuración de la matriz del tejido.
- La reproducción de diversas energías (no eléctricas): Generadas por el influjo y transformación de la energía eléctrica con activa influencia en muchos procesos biológicos

**MASAJE:** Presenta efectos benéficos tanto psicológicos como fisiológicos.

- Desde el punto de vista físico:
- El masaje acelera el metabolismo
- Promueve los procesos curativos
- Relaja y renueva los músculos
- Mejora las funciones de desintoxicación del sistema linfático.
- El masaje ayuda a evitar y aliviar los espasmos, mejorando la circulación sanguínea y linfática.
- Facilita un mejor transporte del oxígeno y nutrientes a la célula, ya que reactiva la eliminación de los desechos metabólicos.

**PLAN DE FORTALECIMIENTO MUSCULAR:** busca:

- Fortalecer los tejidos alrededor de la cadera
- Disminuir el dolor.
- Mejorar la circulación.
- Prevenir formación de coágulos en las venas.
- Mejorar equilibrio, propiocepción y control muscular.
- Acelerar la recuperación.
- Acelerar el regreso a actividades cotidianas.
- Disminuir la cojera.
- Ayudar a controlar el peso.
- Mejorar la calidad del hueso.
- Prevenir caídas.
- Disminuye complicaciones.
- Mejora confianza y estado de ánimo.

Cuando inicia la sesión de fisioterapia se debe:

- Definir y fijar el tiempo de la sesión
- Tener claros los objetivos de tratamiento.
- Definir la mejor técnica para cumplirlos

Elaboró: Fisioterapeuta	Revisó: Calidad	Aprobó: Comité de Archivo
-------------------------	-----------------	---------------------------

	<b>EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO ARMENIA QUINDÍO NIT. 801001440-8</b>	Código: M-GH-P-046
		Versión: 1
		Fecha de elaboración: 04/2014
		Fecha de revisión: 19/11/2014
		Página: 6 de 10

<b>Nombre del Documento:</b>	Protocolo Fisioterapia en Reemplazo de Cadera	<b>Unidad Administrativa:</b>	Subgerencia Científica
------------------------------	---	-------------------------------	------------------------

- Disponer y preparar los equipos y elementos necesarios para la sesión
- Explicar al paciente lo proyectado, advertir sensaciones, darle confianza.

#### Etapa Aguda:

- La sesión empezara con la aplicación de medios físicos para modular la sensación de dolor y modular edema en caso de existir, estos puede ser Crioterapia o contrastes y electroterapia
- De ser posible se continuara con la realización de ejercicios leves de bombeo de MMII en elevación
- Se finalizara con la ejecución de ejercicios de estiramiento de MMII

#### Etapa Sub Aguda y Crónica

1. La sesión empezara con la aplicación de medios físicos para modular la sensación de dolor y modular edema en caso de existir, estos puede ser Crioterapia, Termoterapia o Contrastes y Electroterapia

2. se inicia plan de fortalecimiento muscular, este se realizará por medio de los siguientes ejercicios

- Flexiones de pierna apoyando el pie en la cama
- Acostado boca arriba en la cama, despacio, deslice su talón hacia sus nalgas, doblando su cadera y rodilla y manteniendo su talón sobre la cama. No deje a su rodilla caer hacia adentro o hacia afuera y cuide de no flexionar su cadera a más de 90 grados.

#### Extensión de las piernas

- Apriete los músculos del muslo con su rodilla totalmente enderezada sobre la cama. Poco a poco eleve toda la extremidad (unos 10 cm) y manténgala así por unos 5 a 10 segundos, Despacio vaya bajando su extremidad hasta relajarla sobre la cama. Estos ejercicios deberán hacerse de 3 a 6 veces al día
- Acostado boca arriba apriete la parte posterior de la rodilla contra la cama, sostenga y suelte
- Acostado boca arriba con las piernas flexionadas levante la cola. Sostenga de 5 a 10 segundos y descanse
- Sentado sobre una superficie firme estire la pierna manteniendo la rodilla estirada, sostenga contando 5 segundos
- Sentado doble la rodilla deslizando el pie hacia atrás sobre el suelo
- Acostado boca abajo levante la pierna estirada, sostenga 5 segundos y bájela lentamente
- De pie, sostenido de una superficie firme, con la pierna estirada eleve la pierna hacia

Elaboró: Fisioterapeuta	Revisó: Calidad	Aprobó: Comité de Archivo
-------------------------	-----------------	---------------------------

<b>Nombre del Documento:</b>	Protocolo Fisioterapia en Reemplazo de Cadera	<b>Unidad Administrativa:</b>	Subgerencia Científica
------------------------------	---	-------------------------------	------------------------

- delante y sostiene de 5 a 10 segundos y descansa
- Dorsiflexiones y plantiflexiones de tobillo además de circunducciones de la misma articulación, 5 segundos, Repeticiones lentas por 1 minuto.



- El puente" elevar la zona glútea de la superficie apoyándose en manos y pies, 8-10 seg.



- Abducción de cadera en bipedestación, 5seg-8seg, 15 veces
- Entre el quinto y el séptimo día postoperatorio se inicia un programa de traslado y entrenamiento de la marcha.



### PRECAUCIONES



- No realizar ejercicios que impliquen movimiento de rotación interna de cadera
- No realizar ejercicios que impliquen movimiento de flexión de cadera a más de 90 grados
- Al aplicar cualquier método de termoterapia se debe cerciorar que el paciente no tenga alteraciones de la sensibilidad en la zona donde se va a realizar la aplicación.
- Se debe vigilar o preguntar constantemente al paciente sobre la intensidad de la sensación de calor

Elaboró: Fisioterapeuta

Revisó: Calidad

Aprobó: Comité de Archivo

	<b>EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO ARMENIA QUINDÍO NIT. 801001440-8</b>	Código: M-GH-P-046
		Versión: 1
		Fecha de elaboración: 04/2014
		Fecha de revisión: 19/11/2014
		Página: 8 de 10

<b>Nombre del Documento:</b>	Protocolo Fisioterapia en Reemplazo de Cadera	<b>Unidad Administrativa:</b>	Subgerencia Científica
------------------------------	---	-------------------------------	------------------------

- Ningún ejercicio que se realice debe generar sensación de dolor excesivo al paciente

### CONCLUSIONES



Con el tratamiento fisioterapéutico adecuado, el seguimiento de las precauciones y el cuidado en casa se logra una mejoría significativa en la sensación de dolor, llegando a recuperar la movilidad de la articulación con funcionales niveles de fuerza muscular, que le permiten desarrollar un adecuado patrón de marcha.

### COMPLICACIONES



- Aumento de la sensación de dolor en articulación de cadera
- Aumento del edema en articulación de cadera
- Luxación de un componente de la prótesis

### EDUCACIÓN AL USUARIO Y SU FAMILIA



- Cualquiera sea la actividad que usted emprenda, recuerde siempre los principios básicos que se debe saber:
- NO incline su cadera más allá de lo que se hace normalmente al sentarse.
- NO gire su pierna operada ni hacia fuera ni hacia adentro.
- NO cruce las piernas.
- NO doble excesivamente su pierna operada
- NO permanezca parado durante períodos largos. Debe tratar de distribuir las tareas de su hogar uniformemente durante la semana.
- Tómese suficiente tiempo para descansar.
- Evite tareas pesadas durante las seis primeras semanas después del alta.
- Evite flexionar hacia arriba la pierna operada más de 90 grados.
- Procure no mover la pierna operada por delante del cuerpo pasando la línea media.
- No realice viajes largos.
- Evite arrodillarse siempre que se posible durante los primeros cuatro meses posteriores a la cirugía.

Elaboró: Fisioterapeuta	Revisó: Calidad	Aprobó: Comité de Archivo
-------------------------	-----------------	---------------------------



	<b>EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO ARMENIA QUINDÍO NIT. 801001440-8</b>	Código: M-GH-P-046
		Versión: 1
		Fecha de elaboración: 04/2014
		Fecha de revisión: 19/11/2014
		Página: 9 de 10

<b>Nombre del Documento:</b>	Protocolo Fisioterapia en Reemplazo de Cadera	<b>Unidad Administrativa:</b>	Subgerencia Científica
------------------------------	---	-------------------------------	------------------------

- Inclinarsse hacia delante desde la cintura.
- Levantar objetos del piso inclinándose hacia delante
- Tener relaciones sexuales (cuidadosamente), a los 2 meses después de la cirugía aproximadamente
- Realizar tareas generales del hogar distribuyéndolas uniformemente y siempre evitando permanecer parado durante mucho tiempo.
- Volver a sus pasatiempos, por ejemplo, jardinería, baile, bolos y natación, evitando estilo pecho y zambullidas, todo ello muy suavemente y evitando un esfuerzo excesivo.

### BIBLIOGRAFÍA



[http://www.saramall.com.ar/spanish/downloads/guia\\_comportamiento.pdf](http://www.saramall.com.ar/spanish/downloads/guia_comportamiento.pdf)

### ANEXOS



#### 1. LISTA DE CHEQUEO EN ADHERENCIA AL PROTOCOLO PARA FISIOTERAPIA EN REEMPLAZO DE CADERA

NOMBRE OBSERVADOR:

ESTAMENTO OPERADOR:

SERVICIO:

FECHA:

REQUISITO	CUMPLE	NO CUMPLE	N/P	OBSERVACION
-----------	--------	-----------	-----	-------------

Elaboró: Fisioterapeuta	Revisó: Calidad	Aprobó: Comité de Archivo
-------------------------	-----------------	---------------------------



**EMPRESA SOCIAL DEL  
ESTADO  
ARMENIA QUINDÍO  
NIT. 801001440-8**

Código: M-GH-P-046

Versión: 1

Fecha de elaboración: 04/2014

Fecha de revisión: 19/11/2014

Página: 10 de 10

<b>Nombre del Documento:</b>	Protocolo Fisioterapia en Reemplazo de Cadera	<b>Unidad Administrativa:</b>	Subgerencia Científica
------------------------------	---	-------------------------------	------------------------

Se le explico al paciente las sensaciones que puede presentar con la aplicación de la electroterapia				
Realización en casa de los ejercicios recomendados				
Se le explico al paciente las sensaciones que puede presentar con la aplicación del paquete caliente				
Aplicación de pautas de higiene postural				
Uso de calzado adecuado				
Se hizo modulación del edema				

Nº de pasos Observados:

Comentarios: \_\_\_\_\_

Elaboró: Fisioterapeuta	Revisó: Calidad	Aprobó: Comité de Archivo
-------------------------	-----------------	---------------------------