

## **Reparación artroscópica del labrum**

### ***¿Qué es el Labrum?***

La cabeza humeral descansa en una cavidad poco profunda llamada glenoide. Debido a que la cabeza humeral es mucho más grande que la cavidad, un borde fibroso suave llamado labrum rodea la cavidad para ayudar a estabilizar la articulación. El borde profundiza el encaje para que la cabeza humeral se ajuste mejor.

### ***¿Cómo se repara el labrum?***

El labrum se reparará haciendo pequeñas incisiones alrededor del hombro y mediante el uso de un artroscopio (cámara) para ver todas las estructuras de la articulación. Los instrumentos especiales permiten al Dr. Acevedo coser el labrum a la posición correcta (anatómica).

### ***Duración de la estancia***

Esta es la cirugía el mismo día. Necesitará tener a alguien que pueda llevarlo a casa.

### ***Anestesia***

Los pacientes generalmente tienen dos tipos de anestesia para esta cirugía. La primera es la anestesia general, lo que significa que estás dormido. El segundo tipo de anestesia es un bloqueo nervioso. Su brazo estará entumecido y se sentirá muy extraño. El bloqueo nervioso durará alrededor de 12-14 horas. El anestesiólogo hablará con usted el día de la cirugía. La elección final de la técnica de anestesia depende de usted y su anestesiólogo.

### ***Incisiones***

Usted tendrá alrededor de 3 pequeñas incisiones alrededor de su hombro. Solo tendrán aproximadamente 1 cm de largo. Las suturas están enterradas y son absorbibles. Habrá pequeñas "tiras estériles" en las heridas después de retirar los apósitos, y estos permanecerán durante aproximadamente 2 semanas. Las steri-strips pueden mojarse en la ducha.

### ***Dolor***

Estas reparaciones son inicialmente muy incómodas. Le recetarán analgésicos antes del alta. Después de que el bloqueo nervioso desaparezca, tendrá molestias. La mayor parte del dolor está relacionado con su hombro muy hinchado. Esa hinchazón se resolverá en 24-48 horas. Es importante mantenerse al tanto de los medicamentos para el dolor. La mayoría de los pacientes reciben Toradol, que es un fuerte antiinflamatorio. Comience a tomar este medicamento cuando llegue a casa. El narcótico que le recetan debe usarse como medicamento de rescate según sea necesario. Durante los primeros 2 días, se recomienda que tome 1 de estas píldoras durante todo el día para mantenerse al tanto del dolor. Si es demasiado fuerte, puede tomar Tylenol extra fuerte en su lugar.

## ***Honda***

Le colocarán el brazo en un cabestrillo antes de salir del quirófano. Debes permanecer en tu cabestrillo las 24 horas del día. Esto incluye dormir en su cabestrillo. Durante las cuatro semanas que está en su cabestrillo, **no se le permite conducir.**

## ***Terapia de hielo postoperatoria***

Si puede obtener una unidad de máquina de hielo, estos son muy útiles. **Asegúrese de traerlo con usted el día de la cirugía.** Planee usar hielo en el hombro intermitentemente al menos durante las primeras 48 horas después de la cirugía. Debe usar la terapia de hielo en el hombro durante incrementos de 15 minutos a lo largo del día. El uso de la terapia de hielo ayuda a disminuir el dolor y la hinchazón. Puede usarlo diariamente según sea necesario durante su período de recuperación.

## ***Apósitos***

Te irás a casa con aderezos y gasas. Puede ducharse después de la cirugía siempre y cuando el apósito TEGADERM esté intacto. Si el tegaderm comienza a caerse, se puede quitar después de 3 días. La incisión real de la piel **NO PUEDE** mojarse antes de 3 días. Después de retirar los apósitos, simplemente deje que el agua se lave sobre el sitio y luego séquese. No frote las incisiones. Asegúrese de que su axila (axila) esté completamente seca después de ducharse.

## ***Fisioterapia***

Durante los primeros dos meses de recuperación, harás estiramientos muy suaves en casa. Durante la segunda mitad de su recuperación, continuará haciendo sus ejercicios en el hogar y también asistirá a fisioterapia formal. . Si prefiere la terapia en el hogar, el Dr. Acevedo puede recetarle un programa con la aplicación MyHealthTrack.

## ***Restricciones***

La recuperación de la cirugía de reparación del labrum es de tres a cinco meses. Durante ese tiempo tendrá restricciones en el uso de su brazo operatorio.

**Día de la cirugía hasta la semana 4:** permanecer en cabestrillo, no usar el brazo para el trabajo, no conducir. Se permite mecanografía y escritura.

**Meses 1-2:** solo trabajo con la mano opuesta

**Meses 2-3.5:** no levantar ni cargar nada mayor de 10 libras y solo ocasionalmente Alcance por encima del hombro

**Meses 3.5-5:** no levantar ni cargar nada mayor de 20 libras

**DR. DANIEL C. ACEVEDO FAAOS**  
[www.LAshoulderelbow.com](http://www.LAshoulderelbow.com)

***Fotos***

El Dr. Acevedo tomará fotos durante su cirugía. Por favor, traiga esas fotos a su primera visita postoperatoria. El Dr. Acevedo los revisará con usted y discutirá exactamente lo que se hizo en su hombro.

***Seguimiento Appt***

Debería haber tenido su cita de seguimiento hecha en el momento de su cita preoperatoria. Usted debe ser visto alrededor de 10-14 días.

**DR. DANIEL C. ACEVEDO FAAOS**  
**[www.LAshoulderelbow.com](http://www.LAshoulderelbow.com)**

---

1700 E CESAR E CHAVEZ AVE #2200, LOS ANGELES, CA 90033 PH. 323-264-7600 FAX 323-261-8027  
23502 LYONS AVE #202A, VALENCIA, CA 91321 PH. 818-788-0101x4451 FAX 818-788-4158  
18840 VENTURA BLVD #204, TARZANA, CA 91356 Tel. 818-708-3333 FAX 818-708-9643  
16530 VENTURA BLVD #100, ENCINO, CA 91436 Tel. 818-788-0101 FAX 818-855-2493