



Cuidados post amputación de una pierna

El tiempo de recuperación puede variar según su estado de salud general y las complicaciones que pueden haber ocurrido. Este artículo le brinda información sobre qué esperar y cómo cuidarse durante su recuperación.

Qué esperar en el hogar

Usted puede sentirse triste, enfadado, frustrado, y deprimido. Todos estos sentimientos son normales y pueden surgir en el hospital o cuando llegue a casa. Asegúrese de hablar con sus profesionales sobre sus sentimientos y las formas de obtener ayuda para controlarlos si es necesario.

Le llevará tiempo aprender a comportarse en su nueva condición; como, por ejemplo, a usar un caminador y una silla de ruedas. También le llevará tiempo aprender a subirse y bajarse de la silla de ruedas.

Usted puede recibir una [prótesis](#), una parte artificial para reemplazar la extremidad que le quitaron. Elaborar la prótesis demorará tiempo. Cuando usted la tenga, acostumbrarse a ella también llevará su tiempo.

Usted también puede sentir dolor en la extremidad durante varios días o semanas después de la cirugía. Igualmente puede experimentar una sensación de que la extremidad todavía está allí. Esto se denomina [sensación del miembro fantasma](#).

Cuidados personales

La familia y los amigos pueden ayudar. Hablar con ellos acerca de sus sentimientos puede hacerlo sentirse mejor. También lo pueden ayudar a hacer las tareas de su casa y en su transporte.

Si tiene diabetes, [mantenga su azúcar en la sangre bien controlada](#).

Si tiene circulación deficiente, siga las instrucciones de su médico con respecto a la alimentación y los medicamentos.

Puede comer los alimentos normales cuando llegue a casa.

Si fuma, deje de fumar antes de su cirugía si puede. Fumar puede afectar el flujo sanguíneo y retardar la curación. Pídale ayuda a su médico para dejar de fumar.

Actividad

Haga actividades que lo ayuden a fortalecerse y realizar sus actividades diarias, tales como bañarse y cocinar. Debe tratar de hacer lo más que pueda por su cuenta.

Cuando esté sentado, mantenga el muñón derecho y nivelado. Puede ponerlo sobre un tablero acolchonado para mantenerlo derecho cuando esté sentado. También puede recostarse boca abajo para asegurarse de que la pierna esté derecha. Esto puede evitar que sus articulaciones se pongan rígidas.

Trate de no girar el muñón hacia dentro ni hacia fuera cuando esté acostado en la cama o sentado en una silla. Puede usar toallas o mantas enrolladas al lado de las piernas para mantenerlas en línea con el cuerpo.

No cruce las piernas cuando esté sentado. Esto puede detener la circulación al muñón.

Puede levantar el pie de la cama para evitar que el muñón se hinche y para ayudar a mitigar el dolor. No ponga una almohada bajo el muñón.

Cuidado del muñón y la herida

Mantenga la herida limpia y seca a menos que su Médico le diga que puede mojarla. Limpie el área alrededor de la herida con cuidado usando jabón suave y agua. No frote la incisión, pero deje que el agua fluya suavemente sobre ella. No se bañe ni nade. Después de que la herida sane, manténgala destapada a menos que un Médico o enfermera le digan algo diferente. **Luego de quitar los apósitos**, lave el muñón con jabón suave y agua todos los días. No lo empape. Séquelo bien. Inspeccione el muñón todos los días. Use un espejo si se le dificulta mirar alrededor de la extremidad. Busque cualquier área roja o suciedad.

Use el vendaje elástico todo el tiempo. Envuélvalo de nuevo cada 2 a 4 horas. Verifique que no tenga pliegues. Use el protector del muñón siempre que esté fuera de la cama.

Solicítele ayuda a su médico para el dolor. Dos cosas que pueden ayudar son:

- Dar palmaditas a lo largo de la cicatriz y en pequeños círculos a lo largo del muñón, si no duele.
- Frotar la cicatriz y el muñón suavemente con un trozo de tela de hilo o algodón suave.

Acuéstese boca abajo 3 o 4 veces al día durante aproximadamente 20 minutos. Esto estirará el músculo de la cadera. Si usted tuviera una amputación por debajo de la rodilla, puede poner una almohada detrás de la pantorrilla para ayudar a enderezar la rodilla. No haga esto para las amputaciones por encima de la rodilla.

Practique los traslados en casa:

- Pase de la [cama a una silla](#), la silla de ruedas o al inodoro.
- Pase de una silla a la silla de ruedas.
- Pase de la silla de ruedas al inodoro.

Manténgase activo usando el caminador lo más que pueda.

Pídale consejo a su Médico respecto a [cómo evitar el estreñimiento](#).

Cuando llamar a su médico

Si:

- El muñón luce más rojo o hay rayas rojas en la piel que suben por la pierna
- La piel se siente más caliente al tacto
- Hay hinchazón o protuberancia alrededor de la herida
- Hay un nuevo sangrado o secreción de la herida
- Hay nuevas aberturas en la herida o la piel alrededor de la herida se está desprendiendo
- Le sube la temperatura por encima de 101.5°F (38.6°C) más de una vez
- Su piel alrededor del muñón o la herida está oscura o está poniéndose negra
- El dolor es peor y los analgésicos no lo están controlando
- La herida se ha vuelto más grande
- Un olor fétido sale de la herida