

TEMA DEL MES

Cuándo son necesarias las prótesis de rodilla

■ D. ENRIQUE GALINDO ANDÚJAR
Miembro de Saluspot
Cirujano ortopédico

La prótesis de rodilla es la cirugía para sustituir una articulación de la rodilla por una. En la intervención, el cartilago y el hueso dañados se retiran de la articulación de la rodilla. Después se colocan las piezas que sustituyen a la superficie articular que estaba dañada en la rodilla.

Las piezas se colocan en las siguientes zonas de la articulación de la rodilla:

●El extremo inferior del hueso del muslo (fémur): por lo general, la pieza de reemplazo es de metal (por ejemplo, de titanio o de aleaciones de cromo y cobalto).

●El extremo superior del hueso de la pierna (tibia): forma la rodilla junto con el fémur. La pieza de reemplazo suele estar fabricada de metal, con un fuerte recubrimiento de plástico conocido como polietileno.

●El lado posterior de la rótula (patela): la pieza de sustitución de esta patela o rótula se fabrica, por lo común, de polietileno de alta densidad (aunque la rótula solo se sustituye en algunos casos).

Esta intervención permite que el paciente mantenga la movilidad de su rodilla y su musculatura, lo que le proporciona estabilidad y, sobre todo, mejora el dolor. El dolor es la causa más frecuente por la que un paciente se somete a esta cirugía. En la mayoría de los casos los resultados son muy satisfactorios.

El motivo más frecuente por el que se realiza una artroplastia de rodilla es para aliviar el dolor intenso de la artritis reumática, la artrosis degenerativa o deformidad postraumática. El médico puede recomendar este tipo de cirugía en los siguientes casos:

●Si el paciente sufre un dolor debido a una artritis de rodilla que no le permite dormir o hacer sus actividades rutinarias.

●Si el paciente no es capaz de caminar ni cuidarse.

●Si el dolor de rodilla que sufre el paciente no ha mejorado tras aplicar otro tratamiento.

●Si el paciente comprende en qué consisten tanto la cirugía como la recuperación.



Una prótesis adecuada de rodilla puede mejorar la calidad de vida. ■ IDEAL

La artroplastia de rodilla se realiza en personas que tienen más de 60 años. Los pacientes más jóvenes que se someten a este tipo de reemplazo pueden ejercer una tensión adicional sobre la nueva articulación de rodilla, de modo que se desgasta de forma prematura. A pesar de ello, en algunos casos es necesaria para mejorar su calidad de vida.

Calidad de vida

La persona que padece una enfermedad reumática, artrosis degenerativa o artrosis postraumática, tiene limitaciones relacionadas con su autonomía en sus desplazamientos ya que pierde movilidad de esa articulación: tengamos en cuenta la deformidad y el dolor que le produce al intentar caminar. La prótesis de rodilla está indicada para mejorar esta situación.

Para medir el efecto de esta cirugía de sustitución de la rodilla en la calidad de vida, existen diferentes

escalas que permiten valorar cómo ha influido la operación en la vida del paciente. En general, todos los métodos de valoración del antes y el después se fundamentan en la medición objetiva de la actividad física previa, la movilidad y, sobre todo, el dolor (que se valora mediante una escala) y la cantidad de analgésicos necesarios para controlarlo.

Todos estos parámetros se comparan de manera objetiva con la situación posterior a la cirugía. Los resultados obtenidos con estos métodos son muy alentadores. Así, podemos afirmar que la prótesis total de rodilla es una gran ayuda para disminuir el sufrimiento: una pérdida de función de la articulación y un dolor en los pacientes que sufren de una afectación (deformante o inflamatoria destructiva) de esta articulación. Además, el riesgo está muy controlado y la recuperación después de la intervención es muy rápida.

8 PENSAMIENTOS PARA ENVEJECER MEJOR.

■ DÑA. ANA MARÍA CAMARÓN
Miembro de Saluspot
Gerontóloga

8 pensamientos para envejecer mejor

1 Elimina prejuicios y estereotipos sobre el envejecimiento.

2 Acepta los cambios para afrontar las crisis.

3 Mantén la actividad y toma decisiones sobre tu vida.

4 Sigue aprendiendo para cuidar tus capacidades cognitivas.

5 Utiliza la experiencia acumulada para mejorar tus competencias.

6 Participa en tu entorno y relaciónate con otras personas.

7 Valora las pequeñas cosas y cultiva el humor y las emociones positivas.

8 Sigue un estilo de vida saludable.

Con la colaboración de Ana María Camarón Alonso, psicóloga y gerontóloga en Zuentzal Servicios Psicogerontológicos.