

## Fracturas de Cadera

**Condición:** Una fractura de cadera se refiere a una rotura en la parte superior del hueso del muslo conocido como el fémur.

**Antecedentes:** Muchos pacientes mayores se fracturan la cadera comúnmente debido a caídas. Por lo tanto, la prevención de caídas es crucial en reducción de la frecuencia de fracturas de cadera. Se ha demostrado que el entrenamiento para mejorar el balance es el mejor ejercicio para prevenir caídas. Los pacientes más jóvenes también puede sufrir fracturas de cadera secundario a traumas como lo accidentes de auto.

**Factores de riesgo:** La osteoporosis, que resulta en huesos frágiles, está presente en la mayoría de los pacientes con fracturas de cadera. Otros factores de riesgo incluyen: el uso de múltiples medicamentos, dificultad para caminar, dificultades en la concentración, abuso de alcohol, uso de tabaco, trastornos que afectan al sistema nervioso y un ambiente hogareño inseguro (alfombras sueltas, mala iluminación, superficies mojadas o cables expuestos).

**Historial y síntomas:** La mayoría de los pacientes que han sufrido una fractura de cadera informan dolor en la cadera o en la ingle después de una caída con dificultad para caminar.

**Examen físico:** El médico buscará hematomas, hinchazón y rigidez alrededor de la cadera. Además, la pierna lesionada aparenta estar más corta y rotada, con una posición anormal en reposo.

**Evaluación diagnóstica:** Las radiografías identificarán la mayoría de las fracturas de cadera. En algunos casos hace falta evaluación con pruebas especiales como tomografía computadorizada o resonancia magnética.

**Manejo de rehabilitación:** La selección de la reparación quirúrgica dependerá del tipo y la ubicación de la fractura. Después de la cirugía, se alentará a los pacientes mobilizarse rápido y levantarse de la cama, inicialmente con la ayuda del personal de enfermería y rehabilitación. Dependiendo del tipo de cirugía realizada, se instruirá al paciente sobre la seguridad al caminar y la seguridad dentro del hogar. Esto puede incluir educación sobre cuánto peso poner en la pierna, qué posiciones evitar y el uso de cualquier equipo especializado. El especialista en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatra) trabajará con un grupo de profesionales de la salud especializados que pueden incluir enfermeras, fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales, trabajadores sociales y manejadores de casos para ayudar a los pacientes a recuperarse con éxito de la fractura, lograr la capacidad de caminar de forma segura y evitar futuras caídas. El médico Fisiatra puede ayudar a controlar el dolor y a prevenir las complicaciones de la cirugía que incluyen coágulos sanguíneos y las infecciones.

**Otros recursos para pacientes y familias:** El paciente y el cuidador deben comprender todas las precauciones, restricciones y cómo estar seguro en casa mientras se recupera. En pacientes que sufren de demencia la rehabilitación puede ser desafiante. La Asociación de Alzheimer ofrece recursos que pueden ser de ayuda.

## Preguntas Frecuentes

### **¿Qué es la especialidad en Medicina Física y Rehabilitación?**

La Medicina Física y Rehabilitación (MF&R), también conocida como Fisiatría, es una especialidad médica primaria que tiene como objetivo mejorar y restaurar la capacidad funcional, y mejorar la calidad de vida de las personas con lesiones, impedimentos físicos o discapacidades que afectan el cerebro, la médula espinal, los nervios, los huesos, articulaciones, ligamentos, músculos y tendones. Los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatras), evalúan y tratan todo el cuerpo, maximizan la independencia de los pacientes en su vida diaria y son expertos en el diseño de planes de tratamiento integrales y centrados en el paciente para capacitar a los pacientes logren sus metas. Al tener en cuenta todo el cuerpo, pueden identificar con precisión los problemas, disminuir el dolor, ayudar en la recuperación de lesiones devastadoras y maximizar los resultados y el rendimiento generales con opciones no quirúrgicas y peri-quirúrgicas. Para obtener más información, visite [www.aapmr.org/aboutpmr](http://www.aapmr.org/aboutpmr).

### **¿Que hace a los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatras) únicos?**

La formación de los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación se centra no solo en el tratamiento de afecciones médicas, sino también en mejorar el rendimiento y la calidad de vida del paciente en el contexto de esas afecciones médicas. Se enfocan no solo en una parte del cuerpo, sino en el desarrollo de un programa integral para volver a unir las piezas de la vida de una persona, médica, social, emocional y vocacionalmente, después de una lesión o enfermedad. Los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación realizan y tratan diagnósticos médicos, diseñan un plan de tratamiento y prescriben las terapias que realizan los fisioterapeutas u otros terapeutas aliados o que realizan los propios pacientes. Al proporcionar un plan de tratamiento adecuado, los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación ayudan a los pacientes a mantenerse lo más activos posible a cualquier edad. Su amplia experiencia médica les permite tratar afecciones incapacitantes a lo largo de la vida de una persona.

### **¿Como localizo un médico especialista en Medicina Física y Rehabilitación cerca de mí?**

Visite [www.aapmr.org/findapmrphysician](http://www.aapmr.org/findapmrphysician) o comuníquese con su médico de cuidado primario para obtener una referido.