

Preoperatorio y postoperatorio de mano

Indicaciones generales para antes y después de una cirugía o procedimiento en una mano.

Consultá con el profesional que supervisa tu tratamiento qué ejercicios podés hacer, con qué frecuencia realizarlos y qué movimientos evitar.



Indicaciones preoperatorias

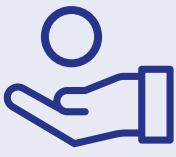
Antes de la cirugía o procedimiento



En algunos casos, suele ser útil comenzar con medidas simples para **mejorar la preparación** de la mano y **facilitar la recuperación** posterior:



Mantener la movilidad de dedos, muñeca y pulgar dentro de lo tolerado.



Aprender ejercicios que luego podrán continuarse en el postoperatorio.



Si ya fue indicada, familiarizarse con el uso de la ortesis.



Si existe edema, disminuir la inflamación.



Si la patología es crónica (por ejemplo artrosis o sobrecarga), comprender las pautas de cuidado y protección articular.



Consultá con el profesional que supervisa tu tratamiento **qué ejercicios** podés hacer, **con qué frecuencia** realizarlos y **qué movimientos evitar**.

Indicaciones postoperatorias

Después de la cirugía o procedimiento



Primeros cuidados luego de una cirugía o procedimiento



Mantener la mano elevada por encima del nivel del corazón varias veces al día.



Mover activamente los dedos si fue indicado por el equipo tratante.



Evitar esfuerzos, cargas o movimientos no autorizados.



Aplicar frío local (si fue indicado) durante 10 a 15 minutos, con un paño entre el hielo y la piel.



Respetar el uso de la ortesis o inmovilización según la indicación.



No retirar vendajes ni férulas sin autorización.



Consultar si el dolor, el edema o el color de la mano empeoran.

Esta es una guía general y puede necesitar adaptaciones según las necesidades individuales de cada paciente. Siempre es recomendable seguir las indicaciones de los profesionales de la salud para una óptima recuperación.



Consultas/Secretaría
4827-7000. Interno 2241.



Turnos
Tu Portal
4827-7000 (Opción 2)