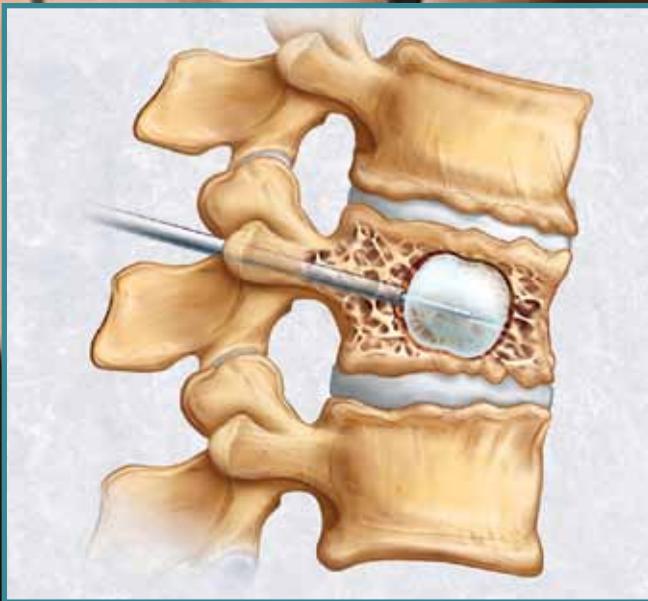


Cifoplastia



El tratamiento
de las fracturas de
vértebras

Alivio del dolor de espalda

Le dijeron que tiene una **fractura por compresión** en la espalda. Se trata de la rotura de uno o más de los huesos de la columna (**vértebras**). Las fracturas por compresión suelen ser muy dolorosas. Sin embargo, usted no tiene por qué vivir con dolor. Es posible que su médico le haya hablado de hacerse un procedimiento que puede ayudarle. A continuación, encontrará más información sobre este procedimiento y su preparación. También puede aprender cómo prevenir futuras fracturas.

¿Qué causa las fracturas por compresión?

Se pueden presentar cuando las vértebras están debilitadas. **La osteoporosis** es una afección que debilita los huesos y los hace (fáciles de romper). Ciertas enfermedades, como el cáncer, también pueden debilitar los huesos. Las vértebras se fracturan cuando están demasiado débiles como para soportar el peso del cuerpo. En consecuencia, se rompen y se aplastan entre sí. Los huesos pueden estar tan debilitados que una caída menor, inclinarse hacia adelante, o hasta toser o estornudar puede provocar una fractura por compresión. Esas fracturas pueden ser dolorosas, lo que puede limitar sus actividades.



Síntomas de las fracturas por compresión

Algunas fracturas por compresión causan síntomas de leves a graves. Es posible que otras no causen ningún síntoma. Cuando hay síntomas, pueden incluir:

- Dolor de leve a intenso (puede empeorar al caminar)
- Disminución de la estatura
- Una curvatura en la parte alta de la espalda (cifosis)
- Entumecimiento, hormigueo o debilidad

Un procedimiento puede ayudar

Usted y su médico probablemente intentaron tratamientos para aliviar su dolor de espalda causado por las fracturas por compresión. Si no funcionaron, la **cifoplastia** puede ser útil. Este procedimiento puede aliviar rápidamente su dolor de espalda debido a una fractura por compresión. Durante el procedimiento, se coloca un cemento especial para huesos dentro de la vértebra fracturada. Eso fortalece la vértebra y le da mayor capacidad de soportar su cuerpo. Luego usted puede volver a sus actividades regulares.



Tabla de contenido

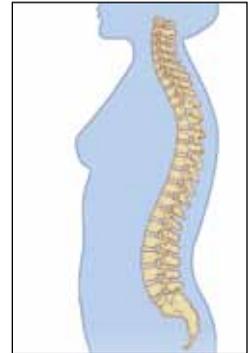
La columna sostiene al cuerpo.....	4
Una manera de fortalecer la columna	6
Preparación para el procedimiento	7
El procedimiento	8
Después del procedimiento.....	9
La recuperación en su casa.....	10
La prevención de fracturas nuevas	11
Su lista de control para el procedimiento.....	12

La columna sostiene al cuerpo

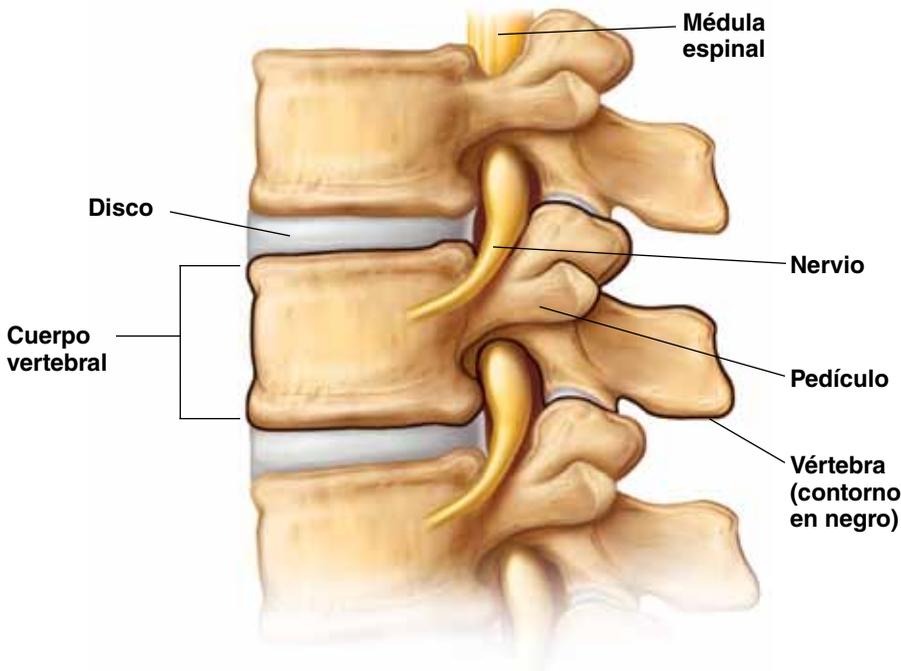
Las vértebras son huesos que, apilados entre sí, forman la columna. Una columna saludable soporta el cuerpo y le permite moverse con libertad. Pero moverse puede ser doloroso para una persona que tiene una fractura por compresión en la columna. En algunos casos, hasta respirar resulta doloroso.

Una columna fuerte

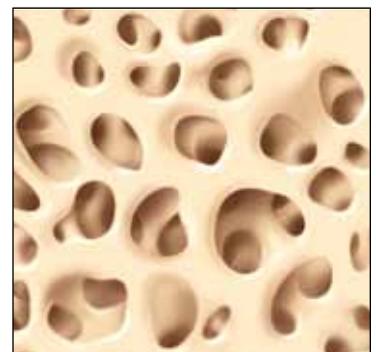
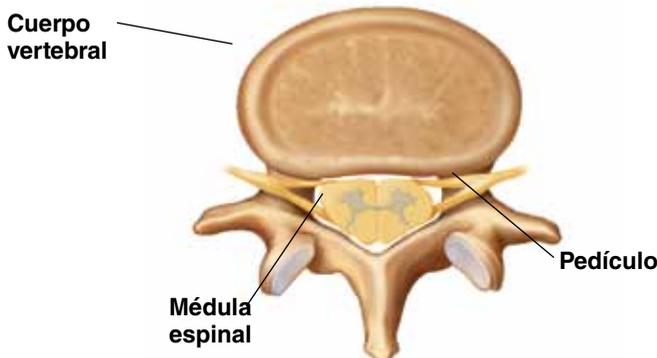
La columna sostiene la mayor parte del peso del cuerpo. También protege la médula espinal y los nervios que vienen de ésta. La parte principal de una vértebra se llama **cuerpo vertebral**. Esta es la sección más grande de cada vértebra. Entre las vértebras hay almohadillas de tejido (**discos**) que las protegen. Una columna saludable le permite pararse derecho y moverse sin dolor.



Una columna saludable sostiene el cuerpo y ayuda a mantener una buena postura.



Vértebra vista desde arriba



Dentro de un cuerpo vertebral sano hay una malla densa y fuerte de hueso.

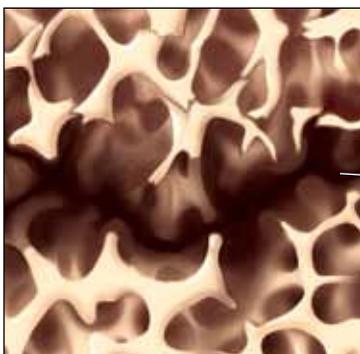
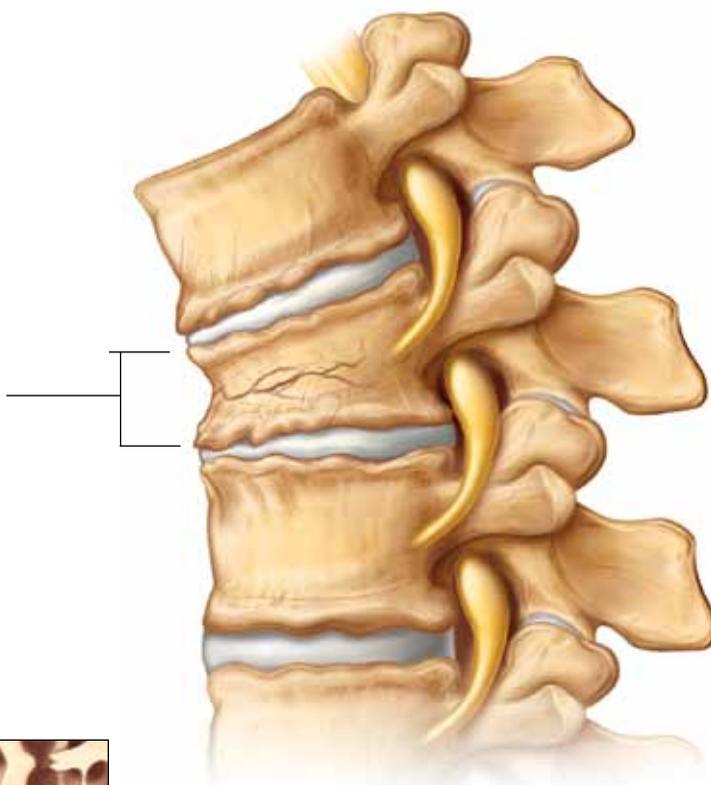
Una columna debilitada

La osteoporosis u otro problema, como un tumor, causa que las vértebras pierdan su fortaleza. De hecho, el peso del cuerpo puede causar que el cuerpo vertebral se comprima (aplaste). Eso es una fractura por compresión. Esas fracturas suelen ser muy dolorosas. Cuando se fracturan las vértebras, la columna no puede soportar bien el cuerpo. Cuando se fracturan varias vértebras, generalmente se forma una curvatura en la parte alta de la espalda.



Una columna debilitada no soporta bien el cuerpo. Esto puede llevar a una postura encorvada.

Cuerpo vertebral comprimido



Fractura

Dentro de una vértebra con osteoporosis hay una malla de hueso delgada y débil.

Una manera de fortalecer la columna

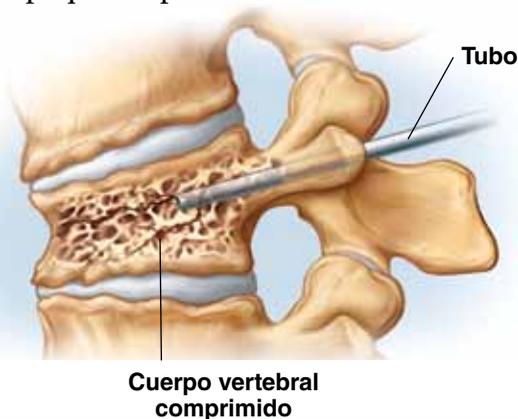
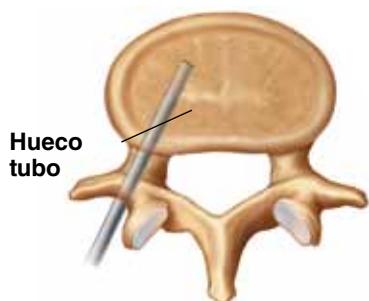
La cifoplastia puede fortalecer la columna y aliviar el dolor provocado por las fracturas por compresión. En algunos casos, se devuelve parte de la altura de la vértebra. El procedimiento es mínimamente invasivo. Para los pacientes, esto significa que las incisiones (cortes) son más pequeñas. Ese tipo de corte generalmente brinda una recuperación más rápida.

Cómo se realiza la cifoplastia

Se hacen una o más incisiones diminutas en la espalda. Se inserta un tubo hueco en la vértebra a través de una incisión. Se pasa un globo pequeño por el tubo. El globo se infla para abrir un espacio, luego se desinfla y se quita. El espacio vacío se llena con un cemento especial para huesos. Se quita el tubo y se cierran las incisiones. Se pueden usar vendas pequeñas para cubrir las incisiones.

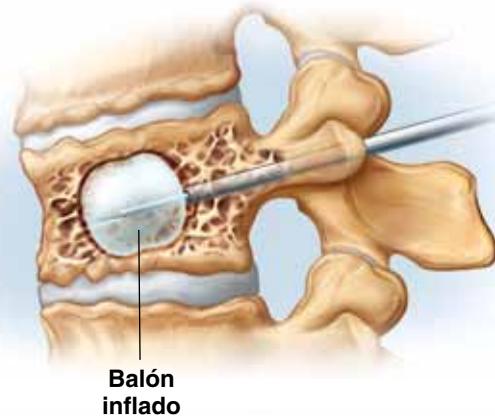
Cómo se llega a la vértebra

El tubo hueco entra en la vértebra comprimida.



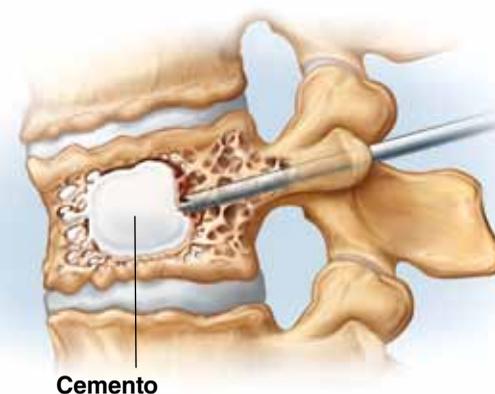
Cómo se infla el balón

El balón (globo) se infla para abrir un espacio dentro de la vértebra. Se desinfla y se quita.



El fortalecimiento de la vértebra

Se usa cemento para rellenar el espacio abierto. Ese cemento se endurece en minutos.



Preparación para el procedimiento

La cifoplastia se puede realizar en un hospital o en un centro de cirugía. Es posible que tenga que permanecer una noche mientras se recupera. Su médico le explicará esto antes del procedimiento. También le indicarán cómo prepararse antes del procedimiento.

Su examen y pruebas

Le harán un examen para asegurarse de que esté lo suficientemente sano como para hacerse el procedimiento. Antes de la cirugía, es posible que le hagan alguno o todos los estudios siguientes para reunir información:

- Estudios de imágenes, como radiografías o imágenes por resonancia magnética (MRI)
- Un ECG (electrocardiograma)
- Análisis de sangre y orina

Preparación

- Informe a su proveedor de atención médica sobre todos los medicamentos que toma. Esto incluye los medicamentos de venta libre, las hierbas, las vitaminas y otros suplementos.
- Pregunte a su proveedor de atención médica si hay medicamentos que debe dejar de tomar antes del procedimiento. Siga sus indicaciones atentamente.
- No coma ni beba nada desde por lo menos 8 horas antes del procedimiento.
- Organícese para que un familiar o amigo adulto le conduzca a casa.
- Llegue con tiempo para registrarse. Tendrá que firmar un formulario en el que declarará que le han explicado el procedimiento y que usted está de acuerdo en hacérselo.



Riesgos y complicaciones

Se considera que la cifoplastia es segura. Si se presentan complicaciones, pueden incluir lo siguiente:

- Daño en los nervios
- Filtración del cemento
- Problemas cardíacos o pulmonares
- Dolor de espalda nuevo o que no se alivia
- Infección

El procedimiento

La cifoplastia la realizan médicos que tienen una capacitación especial. Es un procedimiento que se hace en un quirófano (operating room). Habrá luces brillantes y ruidos fuertes. Sin embargo, usted estará relajado y cómodo, o hasta completamente dormido, durante el procedimiento.



El inicio del procedimiento

- Se le pedirá que confirme la zona de su cuerpo en donde debe hacerse el procedimiento. Esto se hace para protegerle como paciente.
- Recibirá una vía IV (intravenosa) para darle líquidos y medicamentos.
- Le darán anestesia. Es un medicamento para evitar que sienta dolor durante el procedimiento. Le hará sentirse muy relajado y somnoliento o le dormirá completamente.

Durante el procedimiento

Una vez que la anestesia haya comenzado a hacerle efecto, su médico comenzará el procedimiento. Usará radiografías de su columna para guiarse durante el procedimiento. Mientras usted esté relajado o durmiendo, un profesional de la atención médica vigilará su corazón, presión arterial, temperatura y respiración. Probablemente su procedimiento durará de 1 a 2 horas.

Después del procedimiento

Le enviarán a una sala de recuperación después del procedimiento. Es posible que usted se vaya a su casa más tarde el mismo día del procedimiento. O tal vez tenga que pasar la noche en una habitación del hospital. Una vez que esté listo para volver a casa, le darán indicaciones de cuidados personales.

La recuperación en el centro médico

Es posible que sus seres queridos puedan visitarle en la sala de recuperación. Los enfermeros y su cirujano también le visitarán. Probablemente sienta alivio de su dolor de espalda cuando se despierte de su procedimiento. Avísele a su enfermero si siente cualquier dolor. Pueden darle analgésicos (calmantes) para aliviarlo.

El regreso a casa

Un familiar o amigo adulto tendrá que llevarle en automóvil a su casa. Antes de dejar el hospital o centro de cirugía:

- Le revisarán para asegurarse de que se haya recuperado de la anestesia y esté lo suficientemente bien como para volver a su casa.
- Le darán **indicaciones de alta**. Son instrucciones sobre cómo cuidarse en su casa.
- Es posible que le den una receta para medicamentos para el dolor u otros. Pídale a alguien que los surta para usted de inmediato.



La recuperación en su casa

Una vez que esté en casa, cuídese bien. Siga todas las instrucciones que le dieron sobre qué hacer a medida que se recupere. Tendrá que visitar a su médico para hacerse controles. Es para garantizar que se esté sanando bien. Pida esas citas con su médico y asista a todas.

Cuando llegue a casa

Para ayudar a que su recuperación no se complique, siga estos consejos:

- Tome todos los medicamentos según le indicaron.
- Aunque probablemente se sienta mejor de lo que se sentía antes del procedimiento, vuelva lentamente a su rutina regular.
- A medida que sienta que su espalda está más fuerte, aumente lentamente su actividad. Caminar es un buen comienzo. El ejercicio le ayudará a sanar y recuperar su fortaleza.
- Siga las instrucciones de los ejercicios que le indiquen.
- Dígale a su médico si tiene preguntas o preocupaciones sobre su recuperación. Además llame a su cirujano si presenta cualquiera de los siguientes síntomas.



Cuándo debe llamar al médico

Llame a su médico si nota alguno de los siguientes síntomas:

- Fiebre de 100.4°F (38°C) o más
- Dolor, debilidad o entumecimiento nuevo en sus piernas
- Dolor de espalda nuevo o que no se alivia

La prevención de fracturas nuevas

Usted puede tomar medidas para prevenir otra fractura por compresión. Una es evitar las caídas, lo que puede causar una fractura de los huesos debilitados. Otra es tratar los huesos debilitados por la osteoporosis. Colabore con su médico para buscar maneras de fortalecer sus huesos y de bajar las probabilidades de fracturarse.

Evite las caídas peligrosas

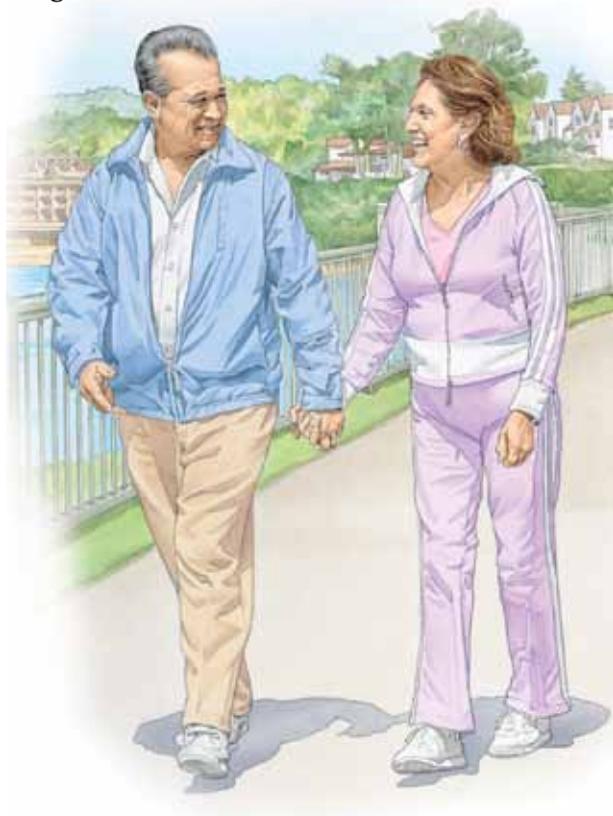
Con frecuencia las caídas provocan fracturas. Los siguientes consejos ayudan a prevenir caídas:

- Use zapatos sin cordones para inclinarse menos hacia adelante. Asegúrese de que tengan talón cerrado y suelas antideslizantes para evitar los resbalones.
- Pídale a alguien que quite los tapetes y los cables de electricidad con los que podría tropezarse.
- Averigüe para instalar elementos de seguridad, como barras para sostenerse, para agregar en su cuarto de baño.
- Asegúrese de que cada habitación tenga iluminación adecuada.
- Consiga ayuda para las tareas del hogar si es necesario.

Fortalezca sus huesos

Siga estos consejos para ayudarle a fortalecer los huesos debilitados:

- Haga ejercicio todos los días. Ayuda al fortalecimiento de los huesos.
- Pregúntele a su médico si usted necesita suplementos de calcio y vitamina D.
- Si le recetan medicamentos para ayudar a fortalecer sus huesos, tómelos según las indicaciones.
- Pídale a su médico o a su fisioterapeuta que le enseñe a tener una buena postura y una buena mecánica del cuerpo.
- Si fuma, deje de hacerlo. Debilita sus huesos y les roba calcio.



Su lista de control

La siguiente lista enumera qué hacer antes y después del procedimiento. Si tiene preguntas, asegúrese de que se las respondan antes del procedimiento.

Antes de su procedimiento

- Visite a su médico para hacerse las pruebas que le indique.
- Deje de fumar.
- Deje de tomar aspirina, ibuprofeno, naproxeno y otros medicamentos antiinflamatorios una semana antes del procedimiento.
- No coma ni beba nada por lo menos 8 horas antes de su procedimiento.
- Hable con su médico sobre los medicamentos que toma, especialmente medicamentos para la presión arterial. Tal vez le indique que deje de tomar ciertos medicamentos antes de su procedimiento.

Después de su procedimiento

- Programe su primera visita de seguimiento según le recomienden.
- Cuide su incisión como le indicaron.
- Tome suplementos de vitamina D y calcio y los medicamentos que le recetaron para ayudarle a fortalecer los huesos.
- Complete su programa de fisioterapia, si le indican uno.
- Pregunte a su médico qué actividades debería evitar después de su procedimiento (y por cuánto tiempo).

KRAMES
staywell

www.kramesstaywell.com 800.333.3032