



ACROMIOPLASTIA CON O SIN PROTOCOLO DE RESECCIÓN DE CLAVÍCULA DISTAL

Semanas 1-4:

- PROM, AAROM y AROM según se tolere • Con una resección de clavícula distal, mantenga la aducción cruzada hasta 8 semanas después de la operación; de lo contrario, todo lo demás es lo mismo en este programa de rehabilitación
- Metas de ROM: 140° FF/40° ER en el costado • Sin abducción-rotación hasta 4-8 semanas después de la operación • Sin movimientos resistidos hasta 4 semanas después de la operación •
- Cabestrillo CID a 1-2 semanas después de la operación; cabestrillo solo cuando se duerme si es necesario Calor antes/hielo después de las sesiones de fisioterapia

Semanas 4-8:

- Eslinga D/C totalmente si no se hizo previamente •
- Aumente el AROM en todas las direcciones con estiramiento pasivo en los rangos finales para mantener el hombro flexibilidad
- Metas: 160° FF/60° ER al costado •
- Comenzar ejercicios isométricos ligeros con el brazo al costado para el manguito rotador y deltoides; puede avanzar a bandas como tolerado •
- Modalidades físicas a discreción del PT

Semanas 8-12:

- Fortalecimiento avanzado según lo tolere: isométricos > bandas > pesas; 10 repeticiones/1 serie por rotador estabilizadores del manguito, deltoides y escapular
- Solo haga fortalecimiento 3 veces por semana para evitar la tendinitis del manguito de los rotadores • Si falta el ROM, aumente al máximo con estiramientos pasivos en los rangos finales • Comience con movimientos de resistencia excéntrica, ejercicios pliométricos y de cadena cerrada.

Comentarios:

Evaluación de Capacidad Funcional Endurecimiento por trabajo/Acondicionamiento por trabajo Enseñar HEP

Modalidades:

Estimulación eléctrica Ultrasonido Iontoforesis Fonoforesis
 DIEZ Calor antes/después Hielo antes/después Masaje de puntos gatillo
 A discreción del terapeuta
 Otro _____

Firma: _____

Fecha: _____