



Brian Waterman, MD

SPORTS MEDICINE & ORTHOPEDICS

PROTOCOLO DE REHABILITACIÓN DE REPARACIÓN DE BÍCEPS DISTAL

Nombre fecha: _____

Diagnóstico: _____

Fecha de la cirugía _____

Frecuencia: 1 2 3 4 veces/semana

Duración: 1 2 3 4 5 6 Semanas

Semanas 0-4:

- El codo está inmovilizado en el Bledsoe Brace a 75 grados de flexión con la muñeca libre.
- El vendaje se cambia entre los 7 y 10 días después de la cirugía.
- La correa para el cuello o el cabestrillo se usarán durante los primeros 2 a 5 días. Entonces, puede comenzar AROM del hombro

Semanas 4-6:

- El aparato ortopédico se ajusta a 30 grados de extensión, puede comenzar la flexión asistida activa a 90 grados en el aparato ortopédico

Semanas 6-8:

- Interrumpa el uso de la órtesis Bledsoe
- ROM de hombro y codo, PROM-AAROM-AROM, avance según lo tolere
- Comience ejercicios de fortalecimiento muscular para la muñeca y el antebrazo

Meses 2-3:

- Puede comenzar a fortalecer el codo.

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: _____