



Brian Waterman, MD

SPORTS MEDICINE & ORTHOPEDICS

PROTOCOLO DE REHABILITACIÓN DE OSTEOTOMÍA TIBIAL ALTA (HTO)

Nombre fecha: _____

Diagnóstico: _____

Fecha de la cirugía _____

Frecuencia: 1 2 3 4 veces/semana

Duración: 1 2 3 4 5 6 Semanas

FASE I: Semanas 0-2

- Soporte de peso completo con soporte bloqueado en extensión para deambulacion • ROM 0-90 • Bombas de pantorrilla, juegos cuádruples, SLR en soporte, modalidades

FASE II: Semanas 2-6

- Soporte de peso completo
- Soporte abierto 0-90 durante el día. Descontinúe el aparato ortopédico por la noche. • Descontinuar el aparato ortopédico en la semana 6 • Extensión completa del ROM, progresar a la flexión completa • Progresar en la flexibilidad sin soporte de peso, modalidades • Comenzar ejercicios básicos y de glúteos en el piso • Avanzar conjuntos de cuádriceps, mobs rotulianos y SLR

FASE III: Semanas 6-8

- Soporte de peso completo
- Descontinuar el aparato ortopédico • Progreso a ROM completo • Avanzar cuádriceps de cadena cerrada, progresar trabajo de equilibrio, pélvico y de estabilidad • Comenzar bicicleta estacionaria a las 6 semanas • Avanzar SLR, ejercicio basado en el piso; cadera/núcleo

FASE IV: Semanas 8-16

- Soporte de peso completo
- ROM completo • Progreso de flexibilidad/fortalecimiento, progresión del equilibrio funcional, núcleo, programa de glúteos. • Bicicleta avanzada, agregar elíptica a las 12 semanas. según lo tolere • Nadar bien a las 12 semanas.

FASE V: Semanas 16-24

- Soporte de peso completo
- ROM completo • Actividad de fase IV avanzada • Progreso al entrenamiento funcional, incluida la actividad de impacto después de 20 semanas. cuando lo autorice MD.



Brian Waterman, MD

SPORTS MEDICINE & ORTHOPEDICS

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: _____