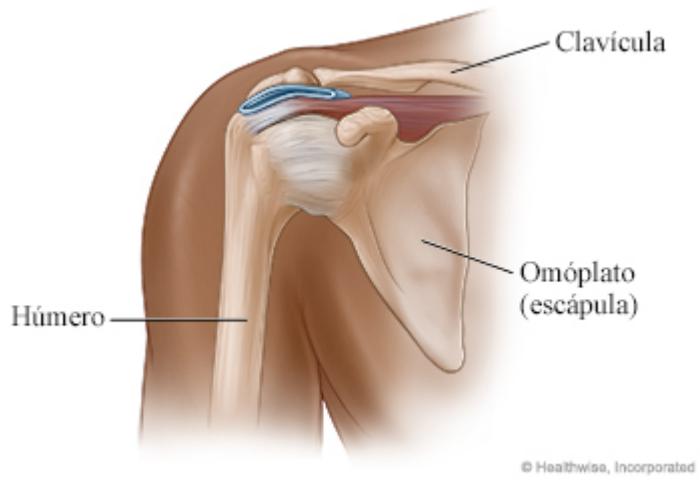


# Fractura de omóplato: Instrucciones de cuidado [Shoulder Blade Fracture: Care Instructions]



## Instrucciones de cuidado

El omóplato (escápula) es un hueso con forma triangular en la parte alta de la espalda. Se conecta con el hueso de la parte superior del brazo (húmero) y con la clavícula.

Las fracturas de omóplato suelen ser causadas por accidentes de alto impacto tales como accidentes de motocicleta o de automóvil o por caídas muy fuertes.

El tratamiento para estas fracturas es generalmente un cabestrillo u otro dispositivo que proporciona apoyo al hombro mientras el hueso sana.

La mayoría de las fracturas sanan por completo en alrededor de seis semanas, pero puede tomar entre seis meses y un año hasta que el hombro recupere su movilidad normal. A veces, la amplitud de movimiento no se recupera por completo. Algunos tipos de fracturas de omóplato pueden requerir cirugía.

El médico lo ha examinado minuciosamente, pero pueden presentarse problemas más tarde. Si nota algún problema o nuevos síntomas, busque tratamiento médico de inmediato.

**La atención de seguimiento es una parte clave de su tratamiento y seguridad.** Asegúrese de hacer y acudir a todas las citas, y llame a su médico si está teniendo problemas. También es una buena idea saber los resultados de sus exámenes y mantener una lista de los medicamentos que toma.

## ¿Cómo puede cuidarse en el hogar?

- Lleve puesto el cabestrillo por el tiempo que le indique el médico. Puede quitárselo para bañarse. Cuando se quite el cabestrillo, evite las posiciones o los movimientos del brazo que causen o aumenten el dolor.
- Aplíquese hielo o una compresa fría sobre el hombro por entre 10 y 20 minutos cada vez. Trate de hacerlo cada 1 o 2 horas durante los siguientes 3 días (cuando esté despierto) o hasta que la hinchazón baje. Póngase un paño delgado entre el hielo y la piel.

- Después de algunos días, mueva los dedos de la mano, la muñeca y el codo en toda su amplitud de movimiento varias veces al día. Esto prevendrá la rigidez. Es posible que reciba instrucciones sobre ejercicios de rehabilitación que puede hacer cuando el hombro empiece a sanar.
- Sea prudente con los medicamentos. Lea y siga todas las instrucciones de la etiqueta.
  - Si el médico le recetó un analgésico (medicamento para el dolor), t melo según las indicaciones.
  - Si no est  tomando un analgésico recetado, pregúntele a su médico si puede tomar uno de venta libre.

## ¿Cuándo debe pedir ayuda?

---



**Llame al 911** en cualquier momento que considere que necesita atención de urgencia. Por ejemplo, llame si:

- Tiene graves problemas para respirar.
- Tiene dolor de pecho.

**Llame a su médico ahora mismo** o busque atención médica inmediata si:

- Tiene síntomas nuevos o peores en el brazo. Los síntomas pueden incluir:
  - Entumecimiento u hormigueo.
  - Debilidad.
  - Dolor.
  - Hinchazón nueva o peor.

Preste especial atención a los cambios en su salud y asegúrese de comunicarse con su médico si:

- No mejora como se esperaba.

## ¿Dónde puede encontrar más información en inglés?

---

Vaya a <https://spanishkb.healthwise.net/Patientedes>

Escriba **D119** en la celda de búsqueda para aprender más acerca de "**Fractura de omóplato: Instrucciones de cuidado**".

---

  2006-2022 Healthwise, Incorporated.

Estas instrucciones de cuidado son para usarlas con su profesional clínico registrado. Si tiene preguntas acerca de una afección médica o de estas instrucciones, pregunte siempre a su profesional de la salud. Healthwise, Incorporated niega cualquier garantía o responsabilidad por su uso de esta información.