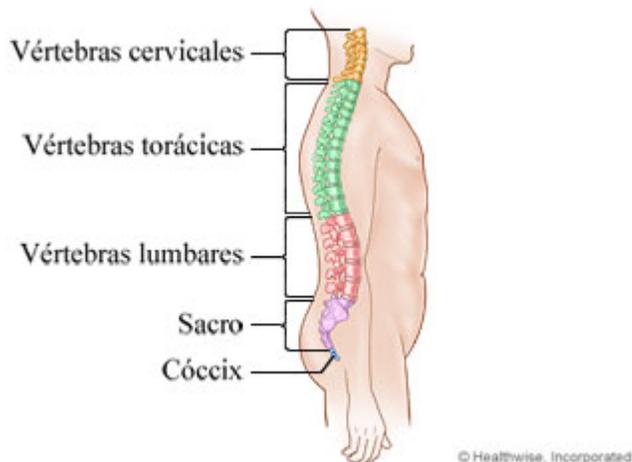


Lesión de la médula espinal (tetraplejía): Instrucciones de cuidado

[Spinal Cord Injury (Quadriplegia): Care Instructions]



Generalidades

Una lesión en la médula espinal ocurre cuando un hueso de la columna vertebral corta o presiona la médula espinal. Esto interrumpe la comunicación entre el cerebro y el resto del cuerpo.

Mientras más cerca de la cabeza esté la lesión, mayor será la parte del cuerpo afectada. Un daño grave en la médula espinal en la región del cuello podría hacer que no pueda usar los brazos y las piernas. Esto se llama tetraplejía.

Primero, el médico tratará de prevenir más daño a la columna y a la médula espinal. Es posible que le pongan un aparato ortopédico, un yeso o una faja. También podrían darle medicamentos para la hinchazón. A veces se recurre a una cirugía. Se puede extraer un hueso mediante una operación. O también se puede estabilizar o enderezar la columna con una cirugía.

Puede ser aterrador y abrumador darse cuenta de que está paralizado. Hay mucho que aprender, pero las cosas suelen ser más fáciles con la práctica y el apoyo. No tenga miedo de obtener el apoyo de familiares, amigos y terapeutas. También puede hacer cosas en el hogar para sentirse mejor. Una lesión de la médula espinal cambia algunas cosas para siempre. Pero aún puede tener una vida plena y gratificante.

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?

Puede pasar un tiempo antes de que regrese a su casa. Usted aprenderá muchas cosas durante su tratamiento. La rehabilitación es entrenamiento y terapia que le ayuda a recuperar el funcionamiento y a volver a aprender habilidades que se perdieron como resultado de su lesión. La rehabilitación comienza en

el hospital. Un equipo de rehabilitación que incluye médicos y enfermeras y fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales, recreativos y del lenguaje le ayudará con la vida diaria.

Cuando finalmente retorne a su casa, estas cosas pueden ser útiles:

- Consiga ayuda emocional si la necesita. Hable de sus inquietudes con su médico, su consejero, su psiquiatra u otro profesional de la salud.
- Aprenda a cuidar la vejiga para no tener una infección urinaria. Es posible que usted o su cuidador tenga que colocar un tubo delgado en la vejiga para drenar la orina con regularidad. Este tubo se llama sonda.
- Prepare un programa de manejo de evacuación del intestino con su médico u otro profesional de la salud. Esto le ayudará a tener evacuaciones intestinales regulares.
- Aprenda a prevenir los problemas pulmonares.
 - Es posible que desee vacunarse para prevenir la gripe y la infección neumocócica.
 - Si tiene una tos débil o mucha mucosidad, es posible que necesite una tos asistida para ayudar a eliminar la mucosidad de los pulmones. Pregúntele al médico si es una buena idea y si es seguro para usted probar una tos asistida.
 - Practique la respiración profunda. Esto puede fortalecer los músculos que le ayudan a respirar.
- Pídale a su cuidador que le inspeccione el cuerpo con regularidad para detectar señales de lesiones por presión en la piel. Estas lesiones pueden tardar en sanarse y podrían infectarse. Generalmente aparecen sobre una zona huesuda como las rodillas, la cadera, los talones o el cóccix. También pueden producirse en pliegues de la piel. Cambie de posición con frecuencia. Esto puede ayudar a prevenir estas lesiones.
- Busque señales de un problema común llamado disreflexia autonómica. Esto puede ocurrir cuando el cuerpo no puede controlar la presión arterial. Puede provocar dolor de cabeza, náuseas y una frecuencia cardíaca baja. También puede causar piel fría y húmeda y sudoración.
- Haga los ejercicios que le recomiende su terapeuta. Los músculos fuertes pueden ayudarle a hacer las actividades cotidianas.
- Únase a un grupo de apoyo. Hablar de su lesión con otras personas que tengan problemas como el suyo puede ayudarle a aprender a vivir con una lesión en la médula espinal.

¿Cuándo debe pedir ayuda?



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

- Tiene señales de un problema común llamado disreflexia autonómica y los síntomas no desaparecen después de 20 minutos. Estas incluyen:
 - Dolor de cabeza pulsátil.
 - Rubor (enrojecimiento) en la cara o manchas rojizas en la piel por encima del nivel de la lesión en la médula espinal.
 - Sudoración por encima del nivel de la lesión en la médula espinal.
 - Náuseas.
 - Frecuencia cardíaca lenta.
 - Piel húmeda y fría por encima del nivel de la lesión en la médula espinal.

Llame al médico ahora mismo o busque atención médica inmediata si:

- Tiene dificultades para respirar.

- Tiene señales de infección, tales como:
 - Aumento del dolor, la hinchazón, la temperatura o el enrojecimiento.
 - Vetas rojizas que salen de una incisión.
 - Pus que sale de una incisión.
 - Fiebre.
- Su orina está turbia y huele mal.
- Necesita ayuda con funciones de baño, como orinar y evacuar el intestino.
- Tiene lesiones por presión.
- Se siente desesperanzado y deprimido.

Preste especial atención a los cambios en su salud y asegúrese de comunicarse con el médico si tiene algún problema.

¿Dónde puede encontrar más información en inglés?

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

Escriba **A195** en la celda de búsqueda para aprender más acerca de "**Lesión de la médula espinal (tetraplejia): 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.