

Lesión en la médula espinal (parapléjico): Instrucciones de cuidado

[Spinal Cord Injury (Paraplegic): Care Instructions]

Instrucciones de cuidado

Una lesión en la médula espinal ocurre cuando un hueso de la columna vertebral (vértebra) corta o presiona la médula espinal. Esto puede ocurrir después de una caída, un accidente de automóvil o una lesión deportiva. También puede ocurrir si algo perfora la médula espinal. Una lesión en la médula espinal 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.

Una lesión grave en la médula espinal en la parte media de la espalda suele provocar la pérdida del uso de las piernas (parálisis). Generalmente, también causa pérdida de sensibilidad en las piernas. La pérdida del uso y la sensibilidad en las piernas se llama paraplejía.

Los primeros tratamientos de las lesiones en la médula espinal incluyen prevenir más daños en la columna vertebral y la médula espinal. El tratamiento se puede hacer con aparatos ortopédicos, yesos, fajas o cirugía. Los medicamentos podrían reducir la hinchazón en la médula espinal. Es posible que necesite cirugía para extraer un hueso, enderezar la columna o darle más estabilidad a la columna.

La rehabilitación a largo plazo incluye ejercicios para fortalecer los músculos que todavía funcionan. También le ayudará a aprender a usar aparatos ortopédicos y otras herramientas para hacer las tareas cotidianas. Los investigadores están trabajando en nuevos tratamientos. Algunos medicamentos pueden ayudar a que la médula espinal sane. Los dispositivos implantados podrían ayudar a restaurar el funcionamiento perdido.

Descubrir que tiene parálisis puede causarle miedo. Sentirá muchas emociones. Y podría necesitar ayuda para sobrellevarlas. Busque apoyo en sus familiares, amigos y consejeros. También hay cosas que puede hacer en su hogar para sentirse mejor mientras está en tratamiento.

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?

- Permítase sentir tristeza por las cosas que ya no puede hacer. Hable acerca de sus sentimientos con un familiar, amigo o consejero. Esto puede ayudarle a recuperarse tanto como sea posible.
- Aprenda a cuidar la vejiga. Esto le ayuda a evitar contraer una infección urinaria. Es posible que necesite introducirse un tubo delgado en la vejiga con regularidad. Este tubo se llama sonda urinaria. Drena la orina de la vejiga. Una enfermera le mostrará cómo hacerlo.
- Colabore con su médico u otro profesional de la salud para diseñar un programa de manejo intestinal. Esto le ayudará a tener evacuaciones intestinales regulares.
- Examínese el cuerpo con frecuencia para detectar señales de lesiones por presión. Estas pueden tardar en sanar e infectarse. Suelen aparecer en la piel sobre una zona huesuda como las rodillas, la cadera, los talones o el cóccix. Y las lesiones por presión pueden aparecer en zonas en las que la piel tiene dobleces. Cambie de posición con frecuencia para ayudar a prevenir estas lesiones.

- Esté alerta a señales de un problema común llamado disreflexia autonómica. Esto puede suceder cuando el cuerpo no puede controlar la presión arterial. Puede provocar dolor de cabeza, piel húmeda, sudoración, náuseas y frecuencia cardíaca lenta.
- Haga los ejercicios recomendados por el fisioterapeuta. Los músculos fuertes pueden ayudarle a hacer las actividades cotidianas.
- Pida ayuda para sobrellevar la situación si la necesita. Hable sobre sus inquietudes con su médico, consejero u otro profesional de la salud.
- 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. 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 a su médico ahora mismo o busque atención médica inmediata si:

- 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.
- Necesita ayuda para orinar y evacuar el intestino.
- Tiene orina turbia o con un olor desagradable.
- Tiene lesiones por presión.
- Se siente desesperanzado y deprimido.

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

¿Dónde puede encontrar más información en inglés?

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

Escriba **Z114** en la celda de búsqueda para aprender más acerca de "**Lesión en la médula espinal (parapléjico): 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.