

Protocolo Postoperatorio Hallux Valgus

Días 0-7

Apoyo de peso mayormente en talón o en borde externo de pie, haciéndole el quite al lado interno del pie, donde está el dedo gordo. Uso de sandalia, zapato postoperatorio u ortesis bota corta. Privilegiar el tiempo con el pie en alto para disminuir la hinchazón, que es normal hasta el 3er mes. Aplicar frío con bolsa de hielo o ice pack, 5 veces al día. Se camina lo justo y necesario dentro de la casa. No mojar la herida; se debe proteger con bolsa o film plástico para la ducha. Si se moja, secar con secador de pelo.

1er control al 7º día (aprox).

1era curación por enfermería, en que se cambia el parche por otro similar.

Días 7-14

En la medida de lo posible, mover los dedos junto con el dedo gordo a tolerancia, sin forzar, hacia arriba y hacia abajo, 50 veces al día. Se mantienen los cuidados previos. Se sigue caminando de la misma manera.

2do control (día 15-21 aprox).

Retiro de puntos. Se dejan telas adhesivas de papel a lo largo de las heridas. Ya se puede mojar el pie, duchas rápidas, se debe secar con cuidado la zona con las telas adhesivas apoyando una toalla, no restregar. De ser necesario, ocupar un secador de pelo para terminar de secar la tela adhesiva hasta que se vea seca. Es recomendable mantener telas adhesivas sobre las cicatrices por 3 meses para lograr el mejor aspecto cosmético posible y evitar pigmentación por el sol. Se puede empezar a usar calzado amplio, que no comprima los dedos.

3ª – 6ª semana

El uso de zapatos postoperatorios esta sugerido, ya que al ser de suela rígida protegen al pie. Se debe seguir estimulando el movimiento de los dedos, hacia arriba y hacia abajo a tolerancia. Se puede manejar al mes de la cirugía, si no hay cojera. No se permite aún actividades de impacto, solo caminar, subir y bajar escaleras. La cantidad que se puede caminar depende del grado de tolerancia personal a la hinchazón que seguirá presente. Se sugiere usar calcetas elasticadas de compresión (las usadas en viajes de avión por ejemplo).

Dres Emilio y Pablo Wagner H.
Todosobreelpie.cl

Al cumplir 1 mes postoperatorio, se debe empezar a caminar lo más normal posible, apoyando toda la planta del pie.

Si hubo cirugía sobre los dedos pequeños, las telas adhesivas que los cubren se pueden retirar al mes y medio, no antes.

3er control: 1 mes y medio (6ª semana).

El control es con radiografías. Debe llevarlas al control.

Generalmente se autoriza actividad física sin impacto si se desea. El pie sigue hinchado, pero cada vez menos. Debe seguir usando calcetas elasticadas de compresión (las usadas en viajes de avión por ejemplo). Se indica kinesiterapia según necesidad.

4to control: 3 – 6 mes:

Se evalúa una nueva rx, dependiendo de su condición general. El pie aún tiene algo de hinchazón, especialmente al caminar mayores distancias. Puede iniciar actividad física con impacto.