



INFORMACIÓN PARA PACIENTES  
SOMETIDOS A ARTROSCOPIA DE  
RODILLA

## **INFORMACIÓN PARA PACIENTES SOMETIDOS A UNA ARTROSCOPIA DE RODILLA.**

### **Las primeras 48 horas:**

- Guardar reposo sentado en una silla con la pierna elevada.
- Movilizar frecuentemente el tobillo.
- Desplazarse por interiores en descarga con ayuda de dos muletas

### **A partir de las 48 horas:**

- Puede retirar el vendaje. Puede ducharse, debiendo secar bien las heridas y aplicando un spray de Cristalmina. Después las cubrirá con apósitos adhesivos. Esto debe repetirlo diariamente hasta que le saquen los puntos.
- Puede empezar a caminar apoyando peso en la pierna, siempre con ayuda de dos muletas.
- Realizar los ejercicios de flexoextensión de la rodilla.
- Colocar frío 3 veces al día.