

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

SAN CRISTÓBAL DE LAS CASAS CHIAPAS

**MATERIA: MEDICINA FISICA Y DE
REHABILITACIÓN**

DOCENTE: LIC. SEBASTIAN PÉREZ FLORES

ALUMNO: MARCOS GONZÁLEZ MORENO

SEMESTRE Y GRUPO: 5°A

TEMA:

**“TIPOS DE FRACTURAS Y TRATAMIENTO DE
REHABILITACIÓN”**

Tipos de fracturas

Implica la rotura de un hueso. Un hueso puede fracturarse total o parcialmente y suele producirse por un traumatismo debido a una caída, un accidente de tráfico o un deporte. El adelgazamiento del hueso debido a la osteoporosis en las personas mayores puede hacer que el hueso se rompa fácilmente.

Los tipos de fracturas incluyen:

Fracturas simples en las que los trozos de hueso fracturados están bien alineados y son estables.

Las fracturas inestables son aquellas en las que los fragmentos del hueso fracturado están desalineados y desplazados.

Las fracturas abiertas (compuestas) son fracturas graves en las que los huesos rotos atraviesan la piel. Este tipo de fractura es más propensa a la infección y requiere atención médica inmediata.

Curación de las fracturas

Nuestro cuerpo reacciona ante una fractura protegiendo la zona lesionada con un coágulo de sangre y un callo o tejido fibroso. Las células óseas comienzan a formarse a ambos lados de la línea de fractura. Estas células crecen unas hacia otras y cierran así la fractura.

Terapia médica

El objetivo del tratamiento de fracturas es controlar las hemorragias, prevenir las lesiones isquémicas (muerte del hueso) y eliminar las fuentes de infección, como los cuerpos extraños y los tejidos muertos. El siguiente paso en el tratamiento de la fractura es la reducción de la misma y su mantenimiento.

Es importante garantizar que la parte del cuerpo afectada vuelva a funcionar después de la curación de la fractura. Para conseguirlo, el mantenimiento de la reducción de la fractura con la técnica de inmovilización se realiza mediante métodos no operativos o quirúrgicos.

La terapia no operativa (cerrada) comprende la colocación de yesos y la tracción (tracción cutánea y esquelética).

Enyesado: La reducción cerrada se realiza para cualquier fractura desplazada, acortada o angulada. Se utilizan férulas y yesos de fibra de vidrio o material de escayola para inmovilizar la extremidad.

Tracción: El método de tracción se utiliza para el tratamiento de las fracturas y dislocaciones que no pueden tratarse con yeso. Existen dos métodos de tracción: la tracción cutánea y la tracción esquelética.

Rehabilitación

Las fracturas pueden tardar de varias semanas a meses en curarse completamente. Debe limitar sus actividades incluso después de la retirada de la escayola o el corsé para que el hueso se vuelva lo suficientemente sólido como para soportar la tensión. El programa de rehabilitación incluye ejercicios y un aumento gradual de los niveles de actividad hasta que se complete el proceso de curación.

Ciertos movimientos, en función del tipo de fractura, no pueden hacerse en un primer momento. Aunque es el especialista quien debe darte las pautas, como norma general se recomienda continuar con las rutinas que se hacían con el yeso y sumarles ejercicios de movilización suave de la articulación dañada

Calentar el área afectada antes de empezar, siempre y cuando no tengas puntos, ayuda a que tus músculos estén más flexibles. Puedes utilizar un saquito de semillas o una bolsa con un gel especial (apto para frío y calor) que se vende en farmacias: basta con introducirlos unos minutos en el microondas. Aplicar hielo después de los movimientos también durante 10 minutos contribuye a relajar la musculatura: usa un paño para no ponerlo sobre la piel.

Y cuando se necesita ir a rehabilitación: Cuando la fractura afecta a las articulaciones (tobillo, rodilla, cadera, muñeca, codo y hombro) normalmente es necesario acudir a sesiones de rehabilitación. Termoterapia, ultrasonidos, corrientes, movilizaciones manuales y ejercicios guiados por un fisioterapeuta son las técnicas y herramientas más comunes. Hacer ejercicios en el agua también se recomienda en algunos casos para ganar fuerza y ampliar el rango de movimiento de la articulación dañada.