

# Preparación para la primera cita

## USE UN “REDUCTOR”

Un reductor es una media de compresión recetada por el médico que está diseñada para aplicar una presión uniforme en la parte inferior del muñón para mejorar la circulación sanguínea y controlar la inflamación.

El médico le indicará un programa de uso del reductor que le ayudará a aliviar el dolor, acelerar la cicatrización y preparar la extremidad para la colocación de la prótesis.



## MANTENGA UN PESO CORPORAL CONSTANTE

El encaje de la prótesis (donde se fija al cuerpo) se fabrica a medida, con la forma exacta de la extremidad. El encaje será más cómodo si su peso (y, por tanto, el tamaño y el volumen del muñón) se mantienen constantes.

## BUENA POSTURA Y MOVIMIENTO

Mantener una postura y realizar unos movimientos adecuados ayuda a evitar que los músculos se tensen y se acorten, algo que se conoce como “contractura”. Esto puede limitar gravemente la movilidad. Una buena movilidad y una postura correcta son factores importantes para tener éxito con la prótesis en el futuro.

Para mantener una postura correcta, consulte lo antes posible al fisioterapeuta o al terapeuta ocupacional para preparar ejercicios de estiramiento y fortalecimiento.

## PROTÉJASE DE LAS LESIONES

Pueden ocurrir lesiones accidentales, y estos accidentes pueden ser dolorosos y retrasar la curación. Conforme a su nivel de pérdida de extremidad, su médico le aconsejará la mejor forma de proteger el muñón.

Si su médico le proporciona un protector postoperatorio para el muñón, siga usándolo hasta que le recomienden que deje de usarlo.

## DESENSIBILICE SU EXTREMIDAD

Es normal que, tras la cirugía, el tejido del muñón esté sensible. La desensibilización ayuda al cerebro a adaptarse a la nueva información sensorial que recibe del muñón.

Puede comenzar con toques muy suaves en el muñón, masajeando toda la zona de la extremidad y, luego, introduciendo diferentes texturas y aumentando lentamente la presión.

En la mayoría de los casos, su médico, fisioterapeuta o terapeuta ocupacional le indicará un proceso de desensibilización gradual paso a paso.



For more information, scan the code  
or visit [HangerClinic.com/ULResources](https://www.hangerclinic.com/ULResources).

\* Hanger Clinic Upper Limb Prosthetic Specialty Network

(07/25) ©2025 HANGER CLINIC