 <p>Clínica Universidad de La Sabana Cuidaremos de ti</p> <p>El PIR® ES LO NUESTRO</p>	<p>PROCESO INTERDISCIPLINARIO DE REHABILITACIÓN PIR®</p>
	<p>GUÍA DE EDUCACIÓN AL PACIENTE CON LESIÓN MEDULAR</p>

LESIÓN MEDULAR

¿Qué es la lesión medular?

Es el daño de alguna parte de la médula espinal que en otras palabras es un grupo de nervios que se ubica en la espalda los cuales se conectan el cerebro y con otras partes del cuerpo como los intestinos, la zona pélvica y las extremidades. El sistema nervioso central consistente en el cerebro y la médula espinal que empieza en la base del cerebro hasta un poco por encima de la cintura en una zona llamada el cono medular, los nervios debajo de esta región se les llama cauda equina o cola de caballo. La alteración en los tractos de la medula, quienes son los que llevan mensajes entre el cerebro y el cuerpo, en el caso de la lesión medular, se dañan, lo que genera cambios debajo de la lesión, estos pueden manifestarse en alteraciones en la fuerza, la sensibilidad, el control de los esfínteres (urinario y anal), ocasionando una variedad compleja de repercusiones como en la capacidad de caminar, realizar las actividades como bañarse, comer y el aseo del área genital.

¿Qué causa una lesión medular?

Dentro de las principales causas se encuentran las fracturas de la columna vertebral que causa una compresión o aplastamiento de las vértebras, así como el compromiso de los ligamentos o discos de la columna vertebral; también puede ocurrir por heridas por arma de fuego o arma blanca, accidentes en vehículo, motocicleta o bicicleta y lesiones durante la realización de actividades deportivas como buceo o paracaidismo. Otras causas menos frecuentes son la osteoporosis que puede aumentar el riesgo de presentar fracturas durante una caída y enfermedades que generen la aparición de masa, enfermedades que ocasionen una inflamación medular, lesiones expansivas como tumores o patologías degenerativas que puedan comprimir las estructuras cercanas a la médula espinal. Por lo que habitualmente la lesión medular se divide en lesiones de tipo traumático y no traumático.

¿Cuáles son los signos y síntomas luego de una lesión medular?



Clínica
Universidad de
La Sabana
Cuidaremos de ti

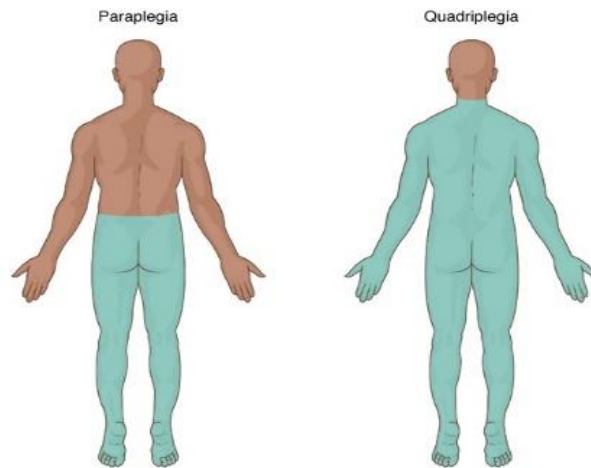
ES LO NUESTRO
El PIR®

PROCESO INTERDISCIPLINARIO DE REHABILITACIÓN PIR®

GUÍA DE EDUCACIÓN AL PACIENTE CON LESIÓN MEDULAR

Según el sitio de la lesión y la severidad del daño podrá existir una alteración para poder controlar las extremidades. Las lesiones que presentan un nivel más alto causan mayor parálisis, dentro de los síntomas que usted puede presentar se encuentran: dificultad para respirar, debilidad, pérdida de la capacidad de movimiento de los brazos y/o las piernas, pérdida de la capacidad de sentir el tacto en la superficie de la piel, calor o frío, incapacidad para controlar la orina o la defecación, dificultad para mantener una vida sexual y cambios en la fertilidad, dificultad para respirar o toser, movimientos bruscos en las extremidades de predominio en las piernas y dolor.



En relación con la incapacidad para poder mover las piernas se le denomina paraplejía, si llega a presentar compromiso de la fuerza de los brazos se llama cuadriplejía o tetraplejía, a continuación, se muestra el compromiso dado por paraplejía o cuadriplejía:



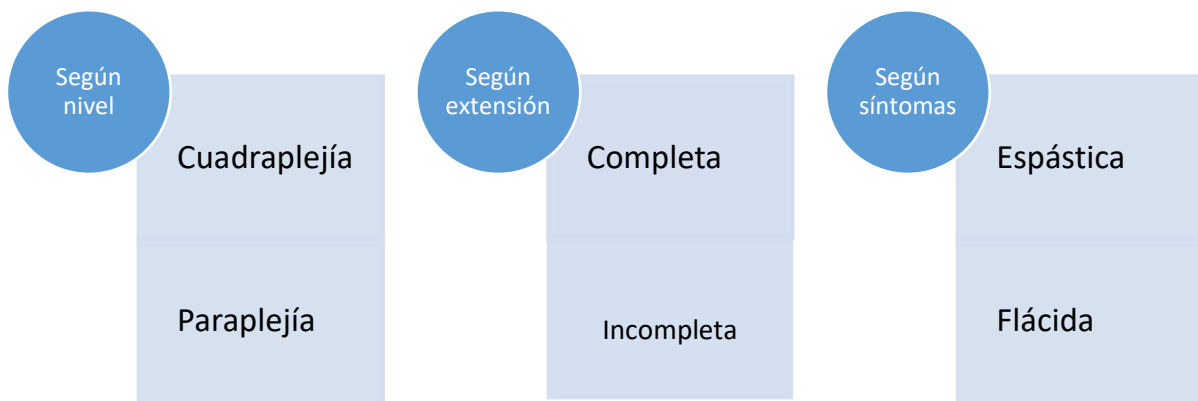
© MAYO FOUNDATION FOR MEDICAL EDUCATION AND RESEARCH. ALL RIGHTS RESERVED.

Tomado de <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/spinal-cord-injury/symptoms-causes>. Consultado 17/02/2021

¿Cuáles son los tipos de lesión medular?

 <p>Clínica Universidad de La Sabana Cuidaremos de ti</p> 	<p>PROCESO INTERDISCIPLINARIO DE REHABILITACIÓN PIR®</p>
	<p>GUÍA DE EDUCACIÓN AL PACIENTE CON LESIÓN MEDULAR</p>


Se clasifican de la siguiente manera:



La extensión se determina si la lesión afecta de manera total o parcialmente la médula espinal, el componente motor o sensitivo, en este caso se denomina paraparesia toda vez que existe una parte correspondiente debajo de la lesión que aún se conecta con el cerebro. En relación con los síntomas la espasticidad se manifiesta como un aumento del tono, se observa una mayor contracción del músculo que ocasionará una dificultad para movilizar el brazo y la pierna, además los movimientos reflejos están aumentados, progresivamente puede observarse la disminución de la masa muscular, dándole un aspecto de delgadez a la zona afectada.

¿Qué exámenes me pueden realizar dado una lesión medular?

Inicialmente el médico realizará un examen físico neurológico que evaluará la capacidad de reacción a diferentes estímulos como la prueba de pinchazo, el tacto ligero, la vibración y temperatura, adicionalmente con la finalidad de poder averiguar que ocasionó la lesión y determinar la gravedad, puede ser necesario realizar una serie de imágenes diagnósticas entre las que se incluyen: radiografía de columna cervical, torácica, lumbar o sacra según el sitio afectado, tomografía o resonancia magnética nuclear en el caso que se quiera detallar y el compromiso de las estructuras cercanas (huesos, ligamentos y la misma médula) .

 <p>Clínica Universidad de La Sabana Cuidaremos de ti</p> <p>El PIR® ES LO NUESTRO</p>	<p>PROCESO INTERDISCIPLINARIO DE REHABILITACIÓN PIR®</p>
	<p>GUÍA DE EDUCACIÓN AL PACIENTE CON LESIÓN MEDULAR</p>

¿Cuáles son los factores de riesgo para presentar una lesión medular?

Dentro de las principales causas se encuentran la lesión medular traumática debido a accidentes por lo que existen varios factores que pueden predisponer a presentar un daño de la médula espinal y algunos de ellos se pueden modificar implementando medidas de prevención.


Factores de Riesgo más comunes:

- Ser hombre; acorde a las estadísticas los hombres se accidentan más que las mujeres.
- Tener entre 18 y 35 años. La edad promedio de la lesión es de 43 años.
- Tener más de 65 años; las caídas pueden presentar daño en la médula en una persona que presente disminución de la densidad mineral en los huesos, particularmente en la columna vertebral.
- Asumir conductas de riesgo: practicar deportes sin las medidas de cuidado o usar equipos de seguridad, conducir en estado de embriaguez, no usar el cinturón de seguridad.

- ✚ *Entre 250.000 y 500.000 personas en todo el mundo sufren cada año lesiones medulares.*
- ✚ *En su mayoría, esas lesiones se deben a causas prevenibles, como accidentes de tránsito, caídas o actos de violencia.*
- ✚ *Las personas con lesión medular son entre dos y cinco veces más propensas a morir prematuramente que las que no la padecen.*

¿Cómo se manejan las lesiones de la médula espinal?

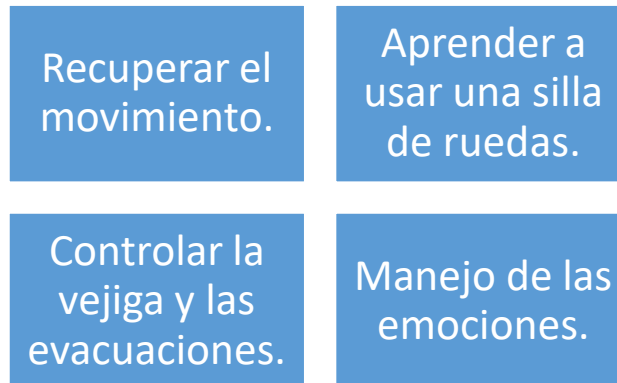
El tratamiento inicial desde el momento del daño o accidente incluye el uso de un collar para proteger e inmovilizar el cuello y la evaluación de la respiración y circulación. En algunos casos puede ser necesario la realización de una cirugía como la laminectomía que busca extirpar una zona vertebral para ampliar el espacio ocupado por la médula espinal o también puede ser necesario un procedimiento llamado artrodesis de la columna vertebral en el cual se fijan dos o más vertebrae por medio de un injerto de hueso, el injerto de hueso puede ser extraído del mismo

 <p>Clínica Universidad de La Sabana Cuidaremos de ti</p> <p>El PIR® ES LO NUESTRO</p>	<p>PROCESO INTERDISCIPLINARIO DE REHABILITACIÓN PIR®</p>
	<p>GUÍA DE EDUCACIÓN AL PACIENTE CON LESIÓN MEDULAR</p>

paciente; lo que busca esta cirugía es brindar mayor estabilidad en casos donde se presentan fracturas o luxaciones inestables.

De manera posterior deberá iniciar en el hospital el proceso de rehabilitación conformado por las siguientes áreas de la salud: fisioterapia, neurología, terapia física, terapia ocupacional y fonoaudiología, quienes se enfocarán en realizar una valoración multidisciplinaria para determinar el manejo y pronóstico, así como priorizar los objetivos terapéuticos, promoviendo la participación en la actividad, así como la funcionalidad e independencia de la persona, incluyendo al grupo familiar y cuidado como parte fundamental del equipo.


Dentro de los principales objetivos se encuentran:



¿Cuáles son las complicaciones de la lesión medular?

A mediano y largo plazo el equipo de salud se concentrará en enseñarle medidas para ayudar a prevenir algunos problemas como:

- Dolor quemante en los músculos y articulaciones
- Rigidez en los músculos o articulaciones
- Osteoporosis lo cual lleva a debilidad de los huesos
- Lesiones en la piel por presión que generan úlceras
- Infecciones pulmonares
- Infecciones de las vías urinarias
- Problemas circulatorios

 <p>Clínica Universidad de La Sabana Cuidaremos de ti</p> <p>El PIR® ES LO NUESTRO</p>	<p>PROCESO INTERDISCIPLINARIO DE REHABILITACIÓN PIR®</p>
	<p>GUÍA DE EDUCACIÓN AL PACIENTE CON LESIÓN MEDULAR</p>

- Cambios extremos en el peso
- Pérdida de la masa muscular
- Alteraciones en la función sexual y la fertilidad
- Cambios en el ánimo como depresión

¿Cómo puedo disminuir el riesgo de presentar una lesión medular?

Existen varias recomendaciones para disminuir la probabilidad de presentar una lesión por daño de la médula espinal de tipo traumático; entre las cuales se encuentran: conducir con precaución; respetar las señales de tránsito, usar el cinturón de seguridad, los niños menores de 12 años deben viajar en un asiento de seguridad o en el asiento trasero con el cinturón de seguridad, comprobar la profundidad del agua antes de meterse en una piscina, como mínimo debe tener 3.7 metros o 12 pies de profundidad; evitar las caídas, usar el equipo de seguridad si va a practicar deportes, si va a conducir no ingerir alcohol.

¿Por qué es necesario usar un catéter para vaciar la vejiga y cómo me lo debo colocar?

Debido al daño en la médula espinal que está conformada por un grupo de nervios que van por la espalda, es posible que la lesión no permita el adecuado control de la orina, por lo cual es necesario usar un catéter urinario, que es un tubo el cual lleva la orina desde la vejiga hasta afuera del cuerpo.

A continuación, se detallan los pasos para la colocación del catéter urinario en un hombre y una mujer:



Clínica
Universidad de
La Sabana
Cuidaremos de ti

ES LO NUESTRO
El PIR®

PROCESO INTERDISCIPLINARIO DE REHABILITACIÓN PIR®

GUÍA DE EDUCACIÓN AL PACIENTE CON LESIÓN MEDULAR





- Lávese las manos con agua y jabón
- Limpie la punta de su pene con agua y jabón
- Coloque lubricante en el catéter
- Sostenga el pene recto, separándolo del cuerpo
- Coloque suavemente el catéter en la uretra
- Después de que el catéter haya ingresado por todo el largo del pene, será más difícil empujarlo hacia dentro. Relájese, respire profundamente y empujelo aproximadamente una pulgada (2.5 cm) más.
- Comenzará a fluir orina por el catéter. Mantenga el catéter inmóvil hasta que deje de salir orina.
- Sáquelo lentamente para asegurarse de que salga toda la orina.
- Limpie el catéter con agua y jabón y guárdelo en un lugar limpio y seco.

Tomado de Uptodate educación al paciente. ¿Cómo me coloco un catéter?. Consultado 18/02/2021.





- Lávese las manos con agua y jabón
- Párese con un pie sobre el inodoro o en otra posición que le resulte cómoda
- Limpie el área de alrededor de la uretra con agua y jabón
- Con una mano, separe los labios de la vulva con sus dedos. Busque la abertura de la uretra con la punta del dedo índice.
- Con la otra mano, coloque suavemente el catéter dentro de la uretra. (A la mayoría de las mujeres les resulta más fácil usar la mano con la que escriben para este paso).
- Guíe el catéter hacia arriba en dirección del ombligo.
- Después de que el catéter esté aproximadamente 2 a 3 pulgadas (5 a 7.5 cm) dentro del cuerpo, comenzará a salir orina.
- Después de que la orina empiece a salir, siga empujando el catéter una pulgada (2.5 cm) más. Manténgalo inmóvil hasta que deje de salir orina y la vejiga esté vacía.
- Sáquelo lentamente para asegurarse de que salga toda la orina.
- Limpie el catéter con agua y jabón y guárdelo en un lugar limpio y seco.

Tomado de UpToDate educación al paciente. ¿Cómo me coloco un catéter?. Consultado 18/02/2021.

 <p>Clínica Universidad de La Sabana Cuidaremos de ti</p>  <p>El PIR® ES LO NUESTRO</p>	<p>PROCESO INTERDISCIPLINARIO DE REHABILITACIÓN PIR®</p>
	<p>GUÍA DE EDUCACIÓN AL PACIENTE CON LESIÓN MEDULAR</p>

¿Cómo será mi vida luego de una lesión medular?

Posterior a presentar un daño de la médula espinal es posible que se deban realizar una serie de modificaciones y adaptaciones en su hogar, los cuales le permitirán retomar sus actividades habituales como bañarse, vestirse y conducir. Adicionalmente, usted recibirá asesoramiento por un grupo de profesionales de la salud que le guiarán en el manejo de las emociones para promover relaciones interpersonales sanas con su núcleo familiar y asesoría en el mantenimiento de las relaciones sexuales de manera recreativa o guía preconcepcional si está en busca de un hijo.

 <p>Clínica Universidad de La Sabana Cuidaremos de ti</p>  <p>El PIR® ES LO NUESTRO</p>	<p>PROCESO INTERDISCIPLINARIO DE REHABILITACIÓN PIR®</p>
	<p>GUÍA DE EDUCACIÓN AL PACIENTE CON LESIÓN MEDULAR</p>

BIBLOGRAFÍA

1. UpToDate. Patient education. (Consultado el 17 de febrero de 2021). Disponible en: <https://www-uptodate-com.ez.unisabana.edu.co/contents/es-419/paraplegia-and-quadruplegia>.
2. Lesiones medulares. OMS. (Publicado el 17 de noviembre de 2013 consultado el 17 de febrero de 2021) Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/spinal-cord-injury>
3. Discapnet, el portal de las personas con discapacidad. (Consultado el 18 de febrero de 2021).Disponible en: <https://www.discalpnet.es/areas-tematicas/salud/recursos/faqs/lesion-medular>.
4. Mayo Foundation for Medical Education and Research. (Publicado el 17 de septiembre de 2019 consultado el 18 de febrero de 2021). Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/spinal-cord-injury/symptoms-causes/syc-20377890>.
5. ClinicalKey. Patient Education: Managing your spinal cord trauma. Elsevier. 2016.