

TREATMENT

Obesidad, pérdida de peso y cirugía de reemplazo articular (Obesity, Weight Loss, and Joint Replacement Surgery)

Si necesita una cirugía de reemplazo total de cadera o rodilla, y su peso es significativamente mayor de lo recomendable, su médico puede aconsejarle que pierda peso antes de su cirugía. Aunque puede sentirse sano y en buenas condiciones físicas con su peso actual, los estudios demuestran que un paciente con un IMC mayor a 40 es más propenso a tener complicaciones graves durante y después de la cirugía que un paciente de peso normal. Su médico quiere que usted esté consciente de estos riesgos a fin de que pueda tomar los pasos para minimizarlos antes de su procedimiento.

¿Qué es el IMC?

El IMC es una medida de la grasa corporal con base en la estatura y el peso. Típicamente, entre más alto sea su IMC, más grasa corporal tiene. Su médico usará la siguiente fórmula para determinar su IMC:

Para un adulto, aplica el siguiente rango de IMC:

Rangos de IMC Estado de peso

| | |
|----------|---------------|
| 18 to 24 | Normal |
| 25 to 29 | Sobrepeso |
| 30 to 39 | Obeso |
| 40 to 49 | Obeso mórbido |

Cómo calcular el índice de masa corporal (IMC)

$$\text{IMC} = \frac{\text{Peso (lb.)}}{\text{Estatura}^2 \text{ (pulg)}} \times 703$$

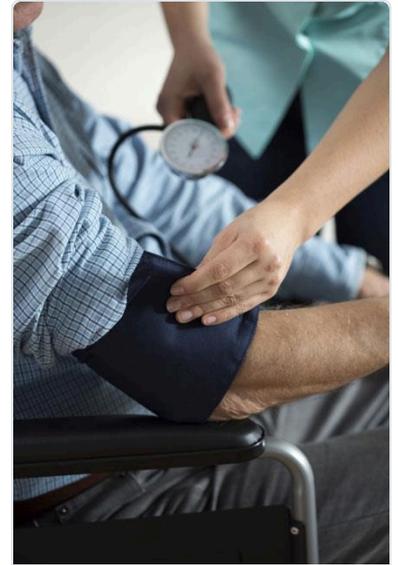
Afecciones de salud que pueden afectar la

cirugía

Los pacientes con obesidad tienen más probabilidad de padecer ciertas enfermedades y afecciones de salud que aumentan los riesgos de la cirugía. Estas incluyen:

- Enfermedad cardiovascular, incluyendo hipertensión arterial
- Diabetes tipo 2
- Apnea obstructiva del sueño
- Síndrome metabólico: un grupo de afecciones de salud que aumentan su riesgo de desarrollar una enfermedad cardiovascular y diabetes tipo 2

Es importante tener el mejor estado de salud posible antes de su cirugía. Si usted tiene cualquiera de estas afecciones, su médico trabajará con usted para asegurar que estén controladas antes de su procedimiento.



Cortesía de Thinkstock ©2016

Aumento de riesgo de las complicaciones

Existen riesgos asociados con todas las cirugías. Sin embargo, algunos riesgos son mayores en los pacientes con obesidad.

Complicaciones durante la cirugía

Anestesia. Es más difícil administrar anestesia a un paciente con obesidad. Las complicaciones pueden ser debido a la figura corporal y la anatomía del paciente o a afecciones de salud que afectan la respiración. Los retos para los anestesiólogos incluyen:

- Localizar las venas para administrar la anestesia general y los medicamentos necesarios
- Asegurar que el oxígeno y el flujo de aire sean suficientes
- Posicionamiento correcto de la aguja al administrar un bloqueo de nervios epidural y espinal, y otros tipos de anestesia local



Cortesía de Thinkstock ©2016

Tiempos quirúrgicos. Existen retos técnicos asociados con realizar una cirugía en un paciente con obesidad, por lo que el tiempo quirúrgico a menudo es más largo. En general, entre más tiempo esté en cirugía, mayores son los riesgos de tener complicaciones.

Complicaciones después de la cirugía

En comparación con un paciente de peso normal, un paciente con obesidad tiene más probabilidades de presentar las siguientes complicaciones después de la cirugía:

- Infección
- Mala cicatrización de la herida
- Dificultad para respirar
- Coágulos sanguíneos
- Embolismo pulmonar, es decir, un coágulo sanguíneo en los pulmones

Resultados menores después del reemplazo articular

El reemplazo articular ayuda a aliviar su dolor y le permite tener una vida más plena y más activa. Sin embargo, si padece de obesidad, es posible que nunca logre el aumento de movilidad y el rango de movimiento que tendría un paciente de peso normal.

También puede tener más complicaciones por el implante y la prótesis después de la cirugía, incluyendo:

- El componente se suelta y falla
- Luxación del reemplazo articular, especialmente en la cadera

En algunos casos, una segunda cirugía de "revisión" puede ser necesaria para retirar los implantes fallidos y reemplazarlos con unos nuevos.

Para reducir sus riesgos

En la mayoría de los casos, el reemplazo total de cadera y rodilla son procedimientos electivos. Por este motivo, su médico puede recomendarle que pruebe tratamientos no quirúrgicos, tales como medicamentos y terapia física, con objeto de demorar su cirugía de reemplazo articular. Esto le dará tiempo para perder peso y reducir su IMC antes de su procedimiento.

Cómo perder peso

Los elementos clave para la pérdida de peso son la dieta y el ejercicio. En general, debe intentar hacer los siguientes cambios en su estilo de vida:

- **Reducir su consumo de grasas y calorías.** Intente consumir bastantes frutas, verduras y granos enteros, carnes magras y lácteos bajos en grasa. Beba bastante agua y evite bebidas azucaradas que tienen alto contenido de calorías.
- **Realice más actividades físicas y ejercicio.** Si tiene dolor constante de cadera o rodillas, es posible que no sea tan activo como lo era antes. Las actividades de bajo impacto, tales como nadar, ciclismo o usar una máquina elíptica, aplicarán menos tensión en sus articulaciones que el ejercicio extenuante e incluso serán efectivas para ayudarle a perder peso.



Cortesía de Thinkstock ©2016

Hacer un cambio ahora

Los pacientes que necesitan cirugía de reemplazo articular a menudo se proponen perder peso después de su procedimiento, cuando el alivio del dolor les permita ser más activos físicamente.

Sin embargo, los estudios demuestran que en realidad solo un porcentaje muy bajo de pacientes con obesidad realmente pierden peso después del reemplazo articular, ya que la mayoría de los pacientes mantienen el mismo IMC después de la cirugía.

En vez de esperar, hay un gran valor en establecer un estilo de vida más saludable ahora, antes de su cirugía de reemplazo articular. Perder peso y reducir su IMC disminuirá su riesgo de tener complicaciones y aumentará su probabilidad de tener un resultado exitoso de la cirugía. En algunos casos, también puede disminuir su dolor hasta el punto en que el reemplazo articular pueda ya no ser necesario o pueda posponerse varios años.

Trabaje con su médico

Aunque alcanzar y mantener un peso saludable puede ser un reto a largo plazo, la recompensa es significativa. Si necesita ayuda para perder peso y disminuir su IMC antes de la cirugía de reemplazo articular, hable con su médico de atención primaria. Él o ella puede recomendar ejercicios y actividades específicos de bajo impacto y le ayudará a elegir un plan comercial para perder peso que se adapte a sus necesidades y estilo de vida.

Last Reviewed

junio 2016

AAOS does not endorse any treatments, procedures, products, or physicians referenced herein. This information is provided as an educational service and is not intended to serve as medical advice. Anyone seeking specific orthopaedic advice or assistance should consult his or her orthopaedic surgeon, or locate one in your area through the AAOS [Find an Orthopaedist](#) program on this website.