

Si le duele la cadera o la rodilla,  
subir las escaleras es como escalar  
una montaña.

Con dolor crónico de cadera o rodilla, las tareas cotidianas se convierten en hazañas impresionantes. Sin embargo, hoy en día los nuevos desarrollos de ortopedia ofrecen más opciones de tratamiento que nunca, reduciendo así las preocupaciones de los pacientes y logrando los resultados más positivos. No permita que el dolor de cadera o rodilla afecte su calidad de vida. Para obtener más información sobre las afecciones de la cadera y la rodilla, así como sobre los nuevos procedimientos, visite [aahks.org](http://aahks.org) u [orthoinfo.org](http://orthoinfo.org).





Hay un secreto para vencer  
las lesiones:  
Unirse al equipo ganador.

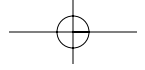
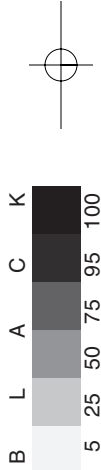
Si usted es una persona activa, es muy probable que conozca la frustración de tener una lesión persistente. Sin embargo, enfrentarse solo a la lesión puede ser abrumador. ¿Cómo puede asegurarse de seguir el mejor tratamiento? Para consultar con los expertos visite [nata.org](http://nata.org) u [orthoinfo.org](http://orthoinfo.org) para obtener la información más avanzada sobre cómo prevenir y tratar las lesiones.

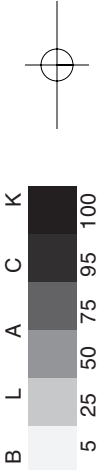


National Athletic  
Trainers' Association

AAOS

AMERICAN ACADEMY OF  
ORTHOPAEDIC SURGEONS





¿Tiene preguntas para su médico?  
Apúntelas.

La mejor atención médica se logra cuando los médicos y sus pacientes siguen el mismo plan. Se trata de la buena comunicación; de manera que recuerde apuntar sus preguntas antes de acudir a una cita. Además, insista en que le expliquen todas las opciones de tratamiento hasta que las entienda. Así podrá colaborar para tomar la mejor decisión. Éste es un servicio público de la Academia Americana de Cirujanos Ortopédicos (American Academy of Orthopaedic Surgeons), donde el cuidado centrado en los pacientes significa la mejora mutua.



www.orthoinfo.org



AMERICAN ACADEMY OF  
ORTHOAEDIC SURGEONS



Los codos de los niños necesitan atención especial. De otro modo se convierten en adultos con codos lesionados.

Los niños no son adultos en miniatura. Sus huesos y articulaciones están en crecimiento y necesitan atención especial en casos de lesión o uso excesivo. De otro modo, las afecciones de la niñez, como el "codo de ligas pequeñas" o las fracturas de los huesos, pueden convertirse en problemas de la edad adulta. Para obtener más información sobre el tratamiento y la prevención de las lesiones en los niños visite el sitio de la Sociedad Norteamericana de Ortopedia Pediátrica (Pediatric Orthopaedic Society of North America - [posna.org](http://posna.org)) o la Academia Americana de Cirujanos Ortopédicos (American Academy of Orthopaedic Surgeons - [orthoinfo.org](http://orthoinfo.org)).

