

## **Sarah Bennett: historia de una miembro de Kaiser Permanente Colorado**

### **Sarah Bennett**

#### **Miembro de Kaiser Permanente Colorado**

Soy Sarah Bennett y enseño segundo grado en la Escuela Primaria Douglas en Boulder.

Me encanta practicar snowboard y hacer senderismo con mi perro, acampar, básicamente cualquier actividad al aire libre, andar con raquetas de nieve, cualquier cosa en las montañas.

Decidimos ir a practicar snowboard el día de mi cumpleaños. Así que estábamos en la última bajada del día, e iba bajando una colina bastante empinada con baches, hice un pequeño giro y usé la muñeca para equilibrarme, oí un chasquido, y supe inmediatamente que probablemente estaba rota porque estaba como colgando.

### **Dra. Julie Melchior,**

#### **Cirujana Ortopedista**

#### **Consultorios médicos de Kaiser Permanente Colorado Rock Creek, Lafayette**

Dada la alineación de la fractura, la alineación de los fragmentos rotos, queríamos que le quedara lo más perfecto posible. Y entonces decidimos arreglarle la muñeca quirúrgicamente.

### **Sarah Bennett**

Cuando entró en la habitación, me di cuenta de que fui maestra de su hija cuando estaba en primer grado hace muchos, muchos años.

La reconocí de inmediato y le di un fuerte abrazo, y fue muy reconfortante saber que era alguien a quien conocía.

Como maestra de escuela primaria, mi prioridad número uno era mi capacidad de escribir con mucha claridad. Entonces, mis habilidades motoras finas y mi escritura a mano eran lo más importante que esperaba poder recuperar una vez que me operaran.

### **Dra. Melchior**

Después de la cirugía, regresó a vernos en Ortopedia. Se le colocó un aparato ortopédico removible en esa consulta de dos semanas, comenzó su terapia y empezó a trabajar en ejercicios de movimiento, así como a trabajar en la cicatriz para ayudar a desensibilizarla.

### **Sarah Bennett**

Comencé fisioterapia y en Kaiser Permanente fue realmente útil porque pude hacer esas citas fuera de mi horario escolar, por lo que no tuve que conseguir un maestro sustituto cada vez que tenía una cita de fisioterapia, lo cual realmente aprecié.

**Dra. Julie Melchior**

En este caso, mi terapeuta ocupacional y yo, nuestro terapeuta de manos, nos comunicamos casi a diario. Creo que eso es muy importante cuando es parte de la recuperación porque quiero saber cómo le va a Sarah y el terapeuta quiere que yo sepa si las cosas van bien o si hay alguna área en la que cree que necesitamos un poco más de atención.

**Sarah Bennett**

Kaiser Permanente también ofrece una aplicación con la que se puede hacer todos los ejercicios en casa. Todas las noches volvía a casa y los seguía al pie de la letra y luego enviaba los resultados a mi fisioterapeuta. Entonces, cada vez que tenía una cita con ella, podía ver lo que había yo hecho. Siento que el progreso fue mucho más rápido de lo que habría sido de otra manera.

**Dra. Julie Melchior**

Estaba muy impresionada con la recuperación de Sarah. Se esfuerza muchísimo.

Regresó a verme a las 12 semanas y las radiografías mostraban que la fractura estaba completamente curada y ya no tenía ninguna restricción. Así que pudo volver a hacer todas las cosas que le encanta hacer.

**Sarah Bennett**

Mi letra hoy es fantástica y me siento muy bien. Es casi como si nunca me hubiera roto la muñeca.

Le diría a la Dra. Julie que le agradezco mucho el cuidado y la atención personal que me proporcionó y lo mucho que pude confiar en que ella me proporcionara los resultados y todo lo que yo esperaba.