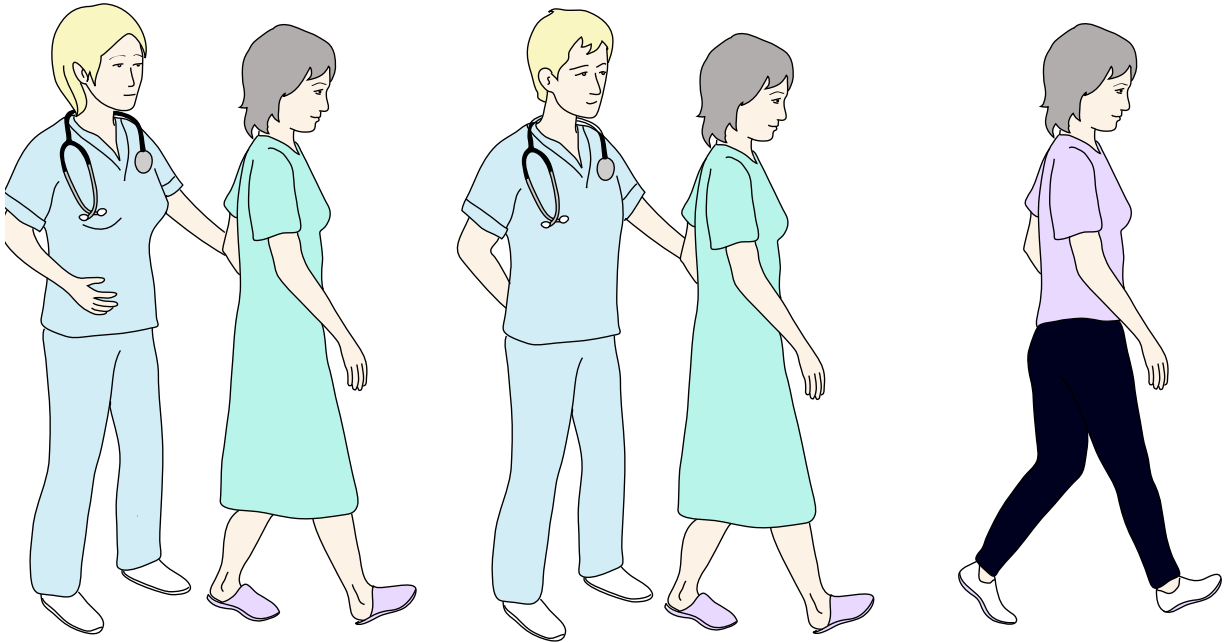


Una Guía para la Cirugía Intestinal

Un folleto fácil de entender para el paciente para: _____



Este folleto es para ayudarle a entender y a prepararse para su cirugía.

**Por favor repase este folleto con la enfermera de pre-admisión y con su familia.
Por favor, traiga este folleto el día de su cirugía.**

Centre universitaire
de santé McGill



McGill University
Health Centre

**Office d'éducation des patients
Patient Education Office**



Reading Hospital

TOWER HEALTH

Advancing Health. Transforming Lives.

Este folleto fue originalmente desarrollado por The MUHC Clinical Care Pathway Working Group, y adaptado para el uso del Reading Health System.

Nos gustaría agradecerle a la oficina de MUHC Patient Education por su apoyo durante el desarrollo de este documento, incluyendo el diseño, la disposición y la creación de todas las imágenes.

© copyright 26 enero 2018, McGill University Health Centre. 2ª edición. Está prohibida la reproducción entera o parcial sin autorización expresa por escrito de parte de patienteducation@muhc.mcgill.ca.



Importante: Por Favor Lea

La información proporcionada en este folleto es para fines educativos. Esta no pretende sustituir el consejo o la instrucción de un practicionista de salud profesional, o sustituir la atención médica. Póngase en contacto con un profesional de salud calificado si tiene alguna pregunta acerca de su cuidado.



Este material también está disponible a través el sitio

MUHC Patient Education Office

(www.muhcpatienteducation.ca)

Centre universitaire
de santé McGill



McGill University
Health Centre

**Office d'éducation des patients
Patient Education Office**



Reading Hospital
TOWER HEALTH
Advancing Health. Transforming Lives.

Tabla de contenidos

Introducción

¿Que son los intestinos?	4
¿Qué es la cirugía intestinal?	5

Antes de Su Cirugía

Preparándose para su cirugía	6
Pruebas de Pre-Admisión	7
Cancelación	8
Instrucciones	9

El día de la Cirugía

En casa	12
En el hospital	13
En la sala familiar	14

Después de la Cirugía

Control del dolor	15
Ejercicios	16
En su habitación	17
Un día después	19
Dos días después	20
Tres o más días	21

Resumen

En Casa

Dolor abdominal	23
Su incisión	23
Sus intestinos	24
Dieta	24
Ejercicios y actividades	25

Llame a su cirujano sí...

Dejar de Fumar

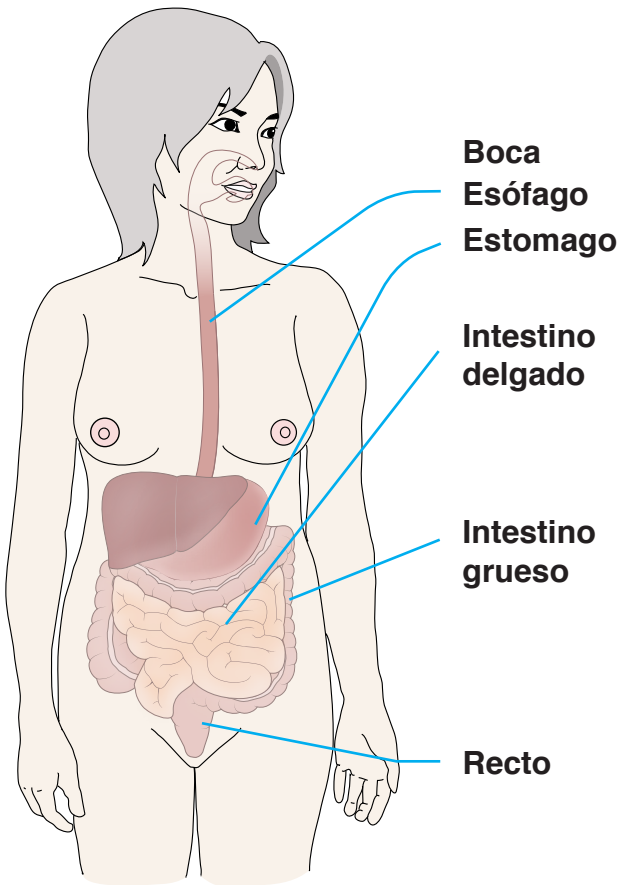
Diario del Dolor

Notas

Imagen de Referencia

Introducción

Cuando usted es admitido/a al hospital para su cirugía intestinal, estará participando en **Clinical Care Pathway** (programa de recuperación rápida). El objetivo de este programa es ayudarle a recuperarse rápidamente y de forma segura.



¿Cuál es el intestino?

Al comer, los alimentos pasan de la boca, a través del esófago hasta el estómago.

A partir de ahí pasa al intestino delgado (intestino). Aquí es donde la comida y los nutrientes son absorbidos.

Lo que queda de la comida luego pasa al intestino grueso, que tiene unos 6 pies de largo. Aquí es donde el líquido se absorbe de la comida.

La materia fecal se almacena en el recto, hasta que se pasa fuera del cuerpo a través del ano.



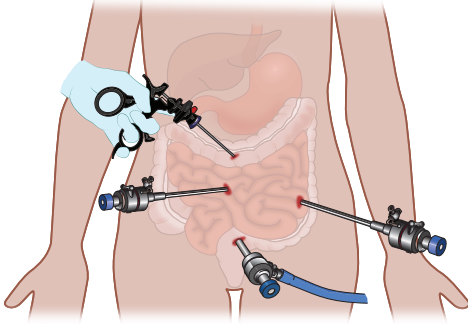
Usted jugará un papel muy activo en su recuperación. Este folleto es para ayudarle a entender y prepararse para su cirugía. Por favor repase este folleto con su familia y llévelo con usted en el día de la cirugía.

¿Qué es la cirugía de intestino?

La cirugía de intestino (colonrectal) es la eliminación de la sección afectada del intestino entre el estómago y el ano.

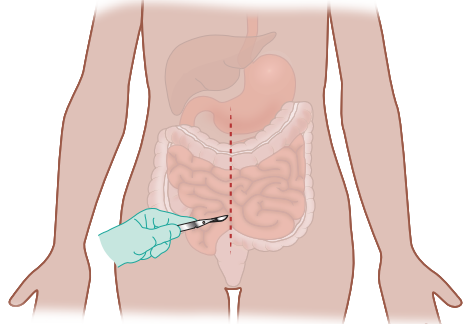
La cirugía se puede hacer de 2 maneras:

1. Laparoscópica



El cirujano hará de 4 a 6 pequeños cortes (incisiones) en su vientre. El cirujano utiliza una cámara e instrumentos a través del cual se retira el intestino afectado. Luego, el cirujano cose juntos los extremos saludables del intestino.

2. Abierta



El cirujano hace una incisión de 4 a 8 pulgadas (10-20 cm) en su vientre para realizar la cirugía.

El cirujano hace una incisión de 4 a 8 pulgadas (10-20 cm) en su vientre para realizar la cirugía.

Algunos pacientes pueden necesitar una ostomía y una bolsa de ostomía después de la cirugía. Una ostomía es una abertura en el vientre hecha por su cirujano durante la cirugía. Heces y residuos fecales pasan a través de esa abertura, afuera de su cuerpo y adentro de una bolsa plástica adjunta. Su ostomía puede llegar a ser permanente o temporaria.

Sí usted fuese a necesitar una ostomía, su cirujano discutirá esto con usted. Antes de la cirugía, usted también se reunirá con una Enfermera de Terapia Enterostomal (ET) quien se especializa en el cuidado de la ostomía. **Durante esta reunión discutiremos cómo cuidar de la ostomía después de su cirugía.**

Enfermera de Terapia Enterostomal (ET): 484-628-8691

Antes de su cirugía

Preparándose para su cirugía



Planee con anticipación; asegúrese de que todo esté listo para cuando usted se vaya a casa después de su operación. Al principio, quizás usted necesitará más ayuda de sus amigos o familiares, con sus comidas, lavandería, baños, limpieza, etc.

El ejercicio le ayudará a asegurarse de que su cuerpo esté tan en forma como le sea posible antes de su cirugía. Si usted ya está haciendo ejercicio, continúe el buen trabajo. Si no es así, empiece lentamente agregando ejercicios a su día.

- El ejercicio no tiene por qué ser vigoroso para ser útil; de hecho, una caminata de 15 minutos es mucho mejor que no hacer ejercicio para nada.
- Consulte la sección de Ejercicio (páginas 17 a 18) de este manual para aprender lo que usted necesita hacer después de la cirugía. Usted puede comenzar a practicar estos en su casa.

Llene su refrigerador y su congelador. Piense en la preparación o la compra de comidas congeladas en pequeñas porciones que pueden ser fácilmente recalentadas hasta que usted esté lo suficientemente bien como para cocinar. Si usted está teniendo dificultad al comer antes de su cirugía, trate de tomar suplementos nutricionales líquidos (Ejemplos: Ensure®, Boost®, u otras marcas disponibles).

Le **sugerimos insistentemente** que **deje de fumar** por completo antes de la cirugía, ya que esto reducirá el riesgo de problemas pulmonares más adelante. Los médicos pueden ayudarle a dejar de fumar recetándole ciertos medicamentos.

No beba alcohol 24 horas antes de la cirugía. El alcohol puede interactuar con algunos medicamentos. Por favor, déjenos saber si usted necesita ayuda para disminuir el consumo de alcohol antes de la cirugía.





Nuestra meta es darle de alta del hospital el tercer día después de la cirugía. Su equipo de atención médica discutirá esto con usted diariamente. Dígale a la enfermera tan pronto como sea posible si usted tiene alguna preocupación acerca de irse a la casa. Por favor planee la transportación para el día del alta.

Pruebas de Pre-Admisión (“PAT” siglas en inglés)

Usted se reunirá con una enfermera de Pruebas de Pre-Admisión antes de su cirugía. Esta reunión puede ocurrir en persona o por teléfono. Por favor, tenga este folleto encima cuando se reúna con la enfermera.

También se reunirá con un anestesiólogo el cual revisará su historial médico y la anestesia planificada.

Durante su visita previa a la admisión, a usted se le podrán:

- Hacer análisis de sangre.
- Hacer un ECG (electrocardiograma) si tiene más de 50 años.

El personal repasará la lista de sus medicamentos. Por favor, traiga su lista a la visita.



Algunos medicamentos o productos de herbales necesitan ser parados por una o dos semanas antes de la cirugía. Tenga su lista de medicamentos con usted y el médico decidirá cuáles parar o continuar. Su farmacéutico le puede dar una lista de sus medicamentos.

Si usted tiene alguna otra pregunta, puede contactarse con las enfermeras en las pruebas pre-admisión (Pre-Admission Testing) al 484-628-8563, de lunes a viernes, de 8:00 A.M. a 4:00 P.M.

Cancelación de su cirugía

Si usted tiene un resfriado, no se está sintiendo bien o queda embarazada, **por favor llame al consultorio de su cirujano lo más pronto posible.**

Si no es posible comunicarse con su cirujano, por favor llame al **Departamento peri operatorio al 484-628-8278.**

Llame para reprogramarla si:

No se siente bien.

Usted necesita cancelar.



Do	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Instrucciones: Día antes de la cirugía

Usted recibirá una llamada telefónica automática del Reading Hospital HealthPlex el día previo.

Este mensaje le informara la hora de reportarse el día de su cirugía.



Fecha de la cirugía:



Hora de llegada al hospital:

Repórtese a la entrada HealthPlex de la 7th Avenue.

Si usted tiene alguna otra pregunta, puede contactarse con las enfermeras en

las pruebas pre-admisión (Pre-Admission Testing)

al 484-628-8563,

de lunes a viernes,

de 8:00 AM a 4:00 PM.

Instrucciones: día antes de la cirugía

Antes de ir a la cama, tome una ducha o baño.

Una hora después de bañarse, usted limpiará su cuerpo con las toallitas que recibió en consultorio de su cirujano.

Por favor, siga las instrucciones proporcionadas con las toallitas.



Su cirujano le dirá si es necesario:

- seguir una dieta especial el día antes de su cirugía.
- tomar algún laxantes el día antes de su cirugía.
- tomar cualquier medicamento adicional el día antes de su cirugía.

Antes de la cirugía:

Elija una de estas bebidas y tome la cantidad que se muestra la noche anterior y la mañana de su cirugía.



Jugo de manzana

La noche antes: 29 oz
La mañana de: 4oz



Té helado

La noche antes: 37 oz
La mañana de: 18oz



Jugo de arándano

La noche antes: 22oz
La mañana de: 11oz



Limonada

La noche antes: 34 oz
La mañana de: 17oz



Deje de comer alimentos sólidos a partir de la medianoche antes de su cirugía.

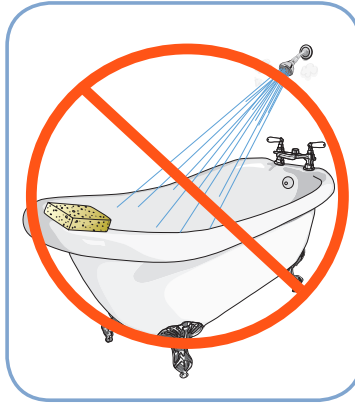
Hay beneficios al beber antes de su cirugía. A menos que su enfermera le indique otra cosa, por favor haga un esfuerzo en escoger una de las bebidas mencionadas anteriormente y tome la cantidad indicada durante la noche anterior y la mañana de su cirugía.

Puede continuar bebiendo líquidos claros hasta dos horas antes de la hora de la cirugía.

Día de su Cirugía



- ☐ No se ponga ninguna crema, loción o perfume.



- ☐ No se duche o se bañe.



- ☐ Repita el uso de las toallitas que recibió en el consultorio de su cirujano como usted lo hizo la noche anterior.



- ☐ No use maquillaje o esmalte de uñas.



- ☐ No se afeite la zona donde será operado/a.



- ☐ Sáquese todas las joyas y déjelas en la casa.

En el hospital

Repórtese a la entrada HealthPlex de la 7th Avenue.

Quizás le harán otro análisis de sangre.

La enfermera le ayudará a prepararse para la cirugía. Él / Ella hará lo siguiente:

- Repasará una lista de verificación con usted.
- Se cambiara a una bata de hospital.
- Se asegurará de que sus pertenencias estén en un lugar seguro.
- Le pondrá dispositivos de compresión en las piernas para mejorar la circulación y ayudar a prevenir la formación de coágulos sanguíneos en las piernas. Usted debe usarlos hasta que el o la enfermero/a le diga que puede quitárselos.



Cuando la sala de operaciones esté lista, usted será transportado/a ahí.

Cuando llegue a la sala de operaciones, usted conocerá a su anestesiólogo, a un enfermero registrado anestesista certificado (siglas en inglés “CRNA”), y a los demás miembros del equipo quirúrgico.

El anestesiólogo puede administrar una pequeña dosis de medicamento para el dolor en la zona lumbar para ayudar con el control del dolor después de la cirugía. A continuación, se le dará una anestesia general para mantenerlo dormido y libre de dolor durante la cirugía.

Sala de Espera

Los familiares y amigos pueden esperar en la sala de espera localizada en el lobby del HealthPlex.

Por favor limite la cantidad de personas que lo acompañan.

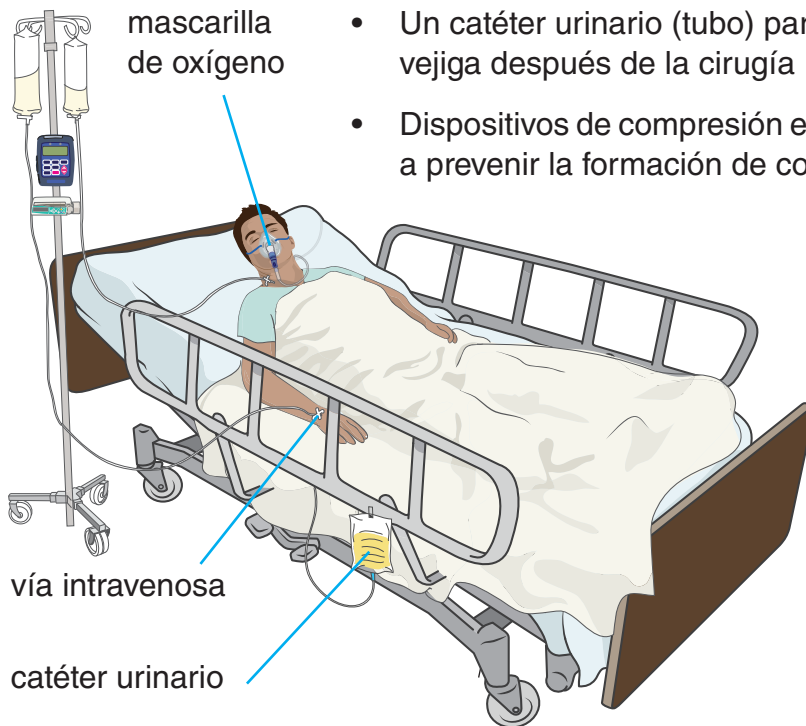


Después de su cirugía

Antes de ser trasladado/a a su habitación, usted será monitoreado/a mientras se despierta en la Unidad de Cuidados Post Anestesia ("PACU" siglas en inglés). Nuestra Enfermera Coordinadora de Cirugía mantendrá a su familia enterada de su progreso.

Usted podrá tener:

- Una vía intravenosa para suero y medicamentos
- Una mascarilla de oxígeno que se retirará antes de transferirlo/a a su habitación
- Un catéter urinario (tubo) para drenar la orina de la vejiga después de la cirugía
- Dispositivos de compresión en las piernas para ayudar a prevenir la formación de coágulos sanguíneos



Sus signos vitales (pulso, presión arterial) se revisarán a menudo. Su enfermera/o le revisará los vendajes (vendas) y le preguntará acerca de su dolor.

Su familia y amigos sólo podrán verlo/a una vez que ya esté en su habitación.

Control del Dolor

Vamos a utilizar una combinación de medicamentos administrados antes, durante y después de la operación, para lograr el mejor control del dolor.

Su cirujano y su anestesiólogo pueden recomendar Intratecal Analgesia (una pequeña dosis de analgésicos administrados en su cintura) para ayudarlo/a con el control del dolor después de la operación.

El alivio del dolor es importante porque le ayuda a:

- Respirar con mayor facilidad.
- Moverse con mayor facilidad.
- Dormir mejor.
- Recuperarse más rápido.
- Comer mejor.
- Hacer las cosas que son importantes para usted.

Se le pedirá que califique su dolor en una escala de 0-10, nuestra meta es mantener su puntuación de dolor en o por debajo de 4.

No espere hasta que el dolor se ponga demasiado malo antes de decirnos.

Usted no se volverá adicto/a a los analgésicos recetados para dolor quirúrgico.



Siempre infórmele a la enfermera/o si el dolor es más de 4 en la escala de dolor (donde 0 es ausencia de dolor y 10 es un dolor tan malo como se pueda imaginar.) Esto ayudará a la enfermera a decidir cómo manejar mejor su dolor.

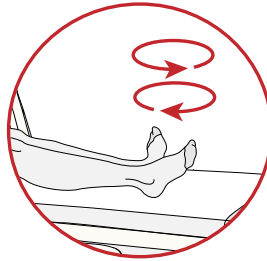
Ejercicios

Levantarse y moverse

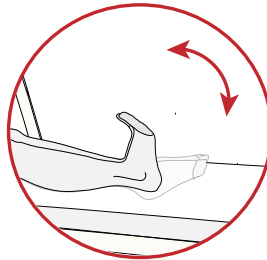
Acostarse en la cama sin moverse puede causar muchos problemas, como neumonía, coágulos de sangre y debilidad muscular. Usted puede comenzar los siguientes ejercicios apenas se despierte, y continuarlos durante su estadía en el hospital.

1. Ejercicios para las piernas

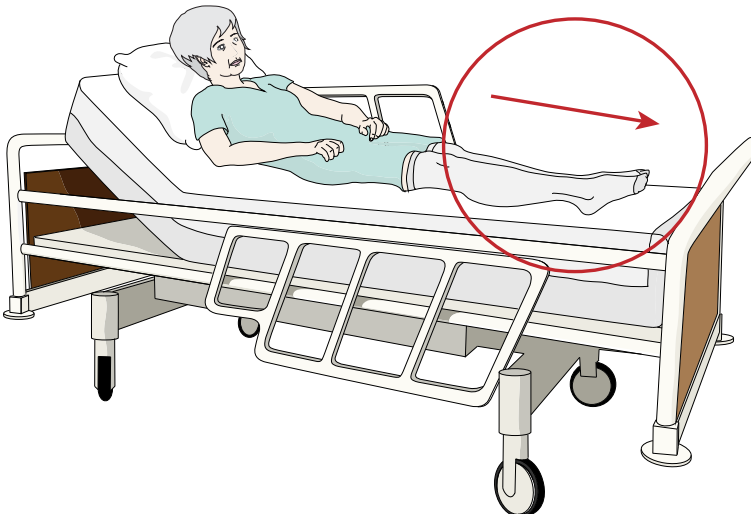
Estos ayudarán la circulación sanguínea en las piernas. Repita estos ejercicios de 4 a 5 veces cada media hora mientras esté despierto/a.



Gire los pies hacia la derecha y a la izquierda.



Mueva los dedos de los pies y doblar los pies hacia arriba y hacia abajo.



Estire las piernas.

Ejercicios

2. Ejercicios de respiración profunda y tos

El espirómetro incentivado (EI) es un dispositivo simple que le hace respirar profundamente, para prevenir la neumonía.



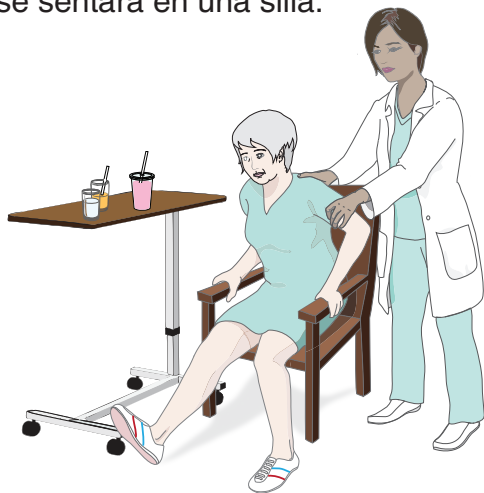
- Ponga sus labios alrededor de la boquilla, respire profundamente y trate de mantener la pelota arriba el más tiempo posible.
- Retire la boquilla, exhale y descanse durante unos segundos.
- Repita este ejercicio por lo menos 10 veces cada hora o más a menudo si usted puede, mientras esté despierto.
- Después, respire profundo y tosa usando una pequeña cobija o una almohada apoyando su incisión.



Los ejercicios de tos y respiración profunda ayudarán a prevenir la neumonía.

En su habitación

Con la ayuda del personal de enfermería, usted se levantará y se sentará en una silla.

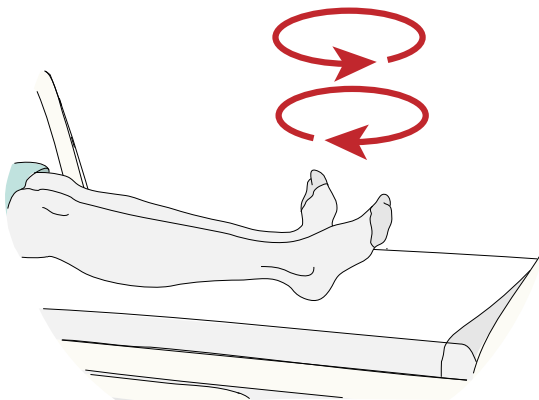


Comience a tomar líquidos y la bebida de proteína.

Comience a masticar chicle por 30 minutos para estimular su intestino.

Traiga dos paquetes de su chicle favorito con usted al hospital.

Haga sus ejercicios de piernas como se describe en la página 17.



Comience sus ejercicios de respiración para ayudar a prevenir neumonía y otras infecciones de los pulmones.

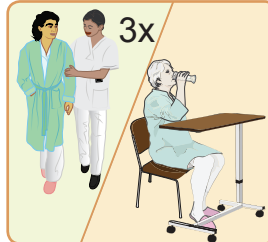


Un día después de la cirugía

Dolor

- Dígale a su enfermera si tiene dolor superior a 4 en la escala de dolor.

Actividades:



- La sonda urinaria será retirada en la mañana.
- Una vez que se le retire la sonda, levántese y camine hacia el baño a orinar.
- Si está comiendo y bebiendo, le vamos a desconectar y remover el suero por vía intravenosa.
- Siéntese en la silla para todas sus comidas.
- Con la ayuda del personal de enfermería, usted se levantará y caminará en el pasillo por lo menos 3 veces hoy.
- Con la ayuda del personal de enfermería, de manera intermitente, usted va a estar fuera de la cama por lo menos 8 horas del día.
- Haga sus ejercicios de respiración por lo menos 10 veces cada hora mientras esté despierto/a.

Comidas:

Líquidos y bebidas de proteína.



Más comidas solidas.



Chicle.



- Continúe bebiendo líquidos y sus bebidas de proteína. Sí le va bien, se le añadirá alimentos sólidos a su dieta durante el día (que podría tener algunas restricciones temporales de alimentos).
- Mastique chicle durante 30 minutos 3 veces al día, para estimular su intestino.

Dos días después de la cirugía

Dolor

- Dígle a su enfermera si tiene un dolor superior al 4 en la escala de dolor.

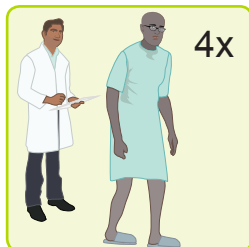
Ningún dolor

Escala de Dolor

Dolor insoportable
y el peor posible

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Actividades:

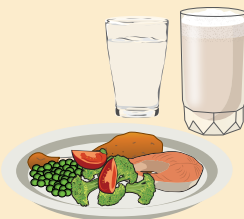


- Camine la longitud del pasillo por lo menos 4 veces hoy. Cada día, se le alentará a caminar más.
- Con la ayuda de la enfermera, usted va a estar dentro y fuera de la cama por lo menos 8 horas del día.
- Siéntese en la silla para comer.
- Camine al baño para orinar.
- Continúe haciendo sus ejercicios de respiración cada hora mientras esté despierto/a.

Comidas:

- Coma alimentos sólidos (es posible que tenga algunas restricciones temporales con las comidas).
- Continúe bebiendo líquidos.
- Continúe masticando chicle por 30 minutos 3 veces al día.

Líquidos y
alimentos
sólidos.

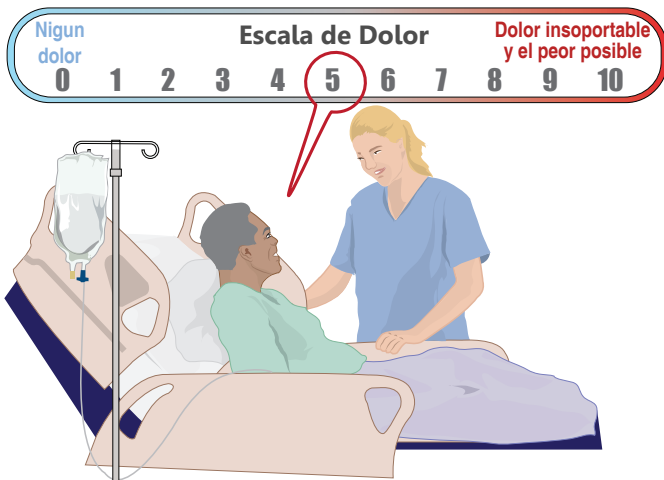


Chicle.



Tres o más días después de la cirugía

- Dígale a su enfermera si tiene un dolor superior al 4 en la escala de dolor.



Actividades

Desde este día en adelante, usted debe aumentar sus caminatas según sea tolerado.

Día de Alta

Cita de seguimiento después de la cirugía

Nombre del Cirujano: _____ 

Fecha y horario de la cita: _____

Resumen

Al hacer sus ejercicios de respiración profunda, masticar chicle, comer bien, estar fuera de la cama y caminar con regularidad estudios han demostrado que usted se recuperará más rápido. Usted tiene menos probabilidades de desarrollar cualquier tipo de infección pulmonar o problemas de circulación y la función intestinal volverá a la normalidad rápidamente. Al evitar todos estos problemas, es más probable que usted se vaya a casa pronto y que se sienta mejor más rápido.

En Casa



Las complicaciones no ocurren muy a menudo, pero es importante que usted sepa lo que es normal y a lo que debe estar pendiente.

Dolor abdominal

No es inusual tener un poco de dolor durante las primeras semanas después de la cirugía. Su cirujano le proporcionará las recetas de medicamentos para el dolor.

Si usted tiene dolor intenso que no se alivia con el medicamento para el dolor o tiene fiebre y siente un malestar general, debe comunicarse con su cirujano o ir a la sala de emergencias. **Por favor, mantenga una lista de sus niveles de dolor en casa usando el Diario de Dolor en la página 28.**

Su incisión

No es inusual que sus heridas estén ligeramente rojas e incómodas durante las 1-2 semanas iniciales después de la cirugía.



Usted puede tomar una ducha:

- Una vez que esté en casa, a menos que su cirujano le indique lo contrario.
- Lave suavemente el área y deje que el agua corra sobre la incisión. (No frote la zona).

No remojarse en la bañera por 2 semanas.



Sus intestinos

Sus hábitos intestinales pueden cambiar después de que parte de su intestino ha sido retirado. Usted puede tener evacuaciones intestinales sueltas o tener estreñimiento.

Esto debería establecerse en un patrón más normal a medida que pase un tiempo.



Algunos medicamentos para el dolor pueden causar estreñimiento. Si esto se convierte en un problema, aumente la cantidad de líquidos que toma, y añada más semillas integrales, frutas y verduras a su dieta y a medida que le sea tolerable aumente su nivel de actividades.

Dieta

Usted puede comer todo lo que quiera, a menos que se lo indique su dietista o cirujano.

Usted podrá ver que algunas comidas le molesten o le provoquen evacuaciones intestinales sueltas. Evítelas durante las primeras semanas después de la cirugía y luego usted puede volver a introducirlas una a la vez.

Es importante que usted obtenga suficientes proteínas y calorías para ayudar a su cuerpo a sanarse. Incluya buenas fuentes de proteínas como los productos lácteos, carne, pescado y aves de corral.

Si usted está teniendo dificultades para comer lo suficiente, trate de tomar suplementos nutricionales líquidos. (Ejemplos: Ensure®, Boost® u otras marcas disponibles).

Si usted no puede tomar líquidos o aguantarlos, llame a su cirujano.

El ejercicio y actividades:

Usted debe continuar caminando varias veces al día después de que esté en casa. Gradualmente aumente la distancia y la intensidad hasta que regrese a su nivel normal de actividad.

La mayoría de los pacientes pueden regresar a sus hogares con poca dificultad.

Usualmente, los familiares y amigos pueden ayudar con:

- Llevarlo/a a casa
- La preparación de la comida
- Las compras de comestibles
- La limpieza de la casa
- La lavandería



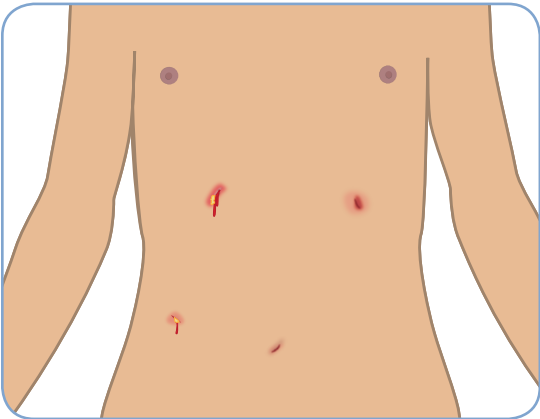
**No levante más de 5 libras
hasta 4-6 semanas después
de la cirugía.**

Como regla general, una vez que usted esté libre de dolor puede volver a la mayoría de las actividades, incluyendo las relaciones sexuales

Usted puede comenzar a manejar cuando ya no esté tomando medicamentos narcóticos para el dolor.

Su cirujano decidirá cuándo usted puede regresar a su trabajo, dependiendo de su recuperación y de su tipo de trabajo.

Llame a su cirujano si usted tiene cualquiera de los siguientes síntomas:



Su incisión(es) se vuelven calientes, rojas o si aparece alguna secreción proveniente de la incisión.



Usted tiene una fiebre (mayor que 38 ° C / 100.4F).



No se puede beber líquidos o aguantarlos.

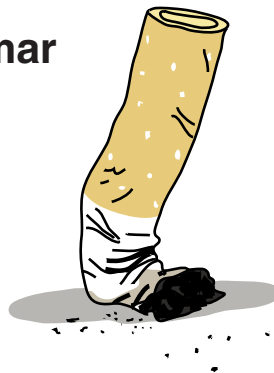


Tiene más dolor que no se alivia con los medicamentos.

Sugerencias para ayudar a dejar de fumar

Hay cuatro fases de dejar de fumar

1. Prepararse para dejar de fumar
2. Elegir una fecha de abandono
3. Hacer frente a la retirada
4. Luchar contra las recaídas



- Deje de fumar ahora y ya estará en su camino a dejar de fumar.
- Tome un día a la vez. Piense en usted como un/a no fumador/a. Siéntase orgulloso/a de lo que ya ha hecho.
- Pídale a su familia y amigos que no fumen alrededor de usted.
- Consiga un familiar o un amigo para dejar de fumar al mismo tiempo.
- Únase a un grupo para dejar de fumar y dejar el hábito junto a otras personas.

Hable con su médico acerca de ayudas para dejar de fumar, como los parches de nicotina.

Diario de Dolor

Usando la Escala de Evaluación del Dolor y la tablilla a continuación, entre el nivel de dolor que se siente durante el día.

Por ejemplo:

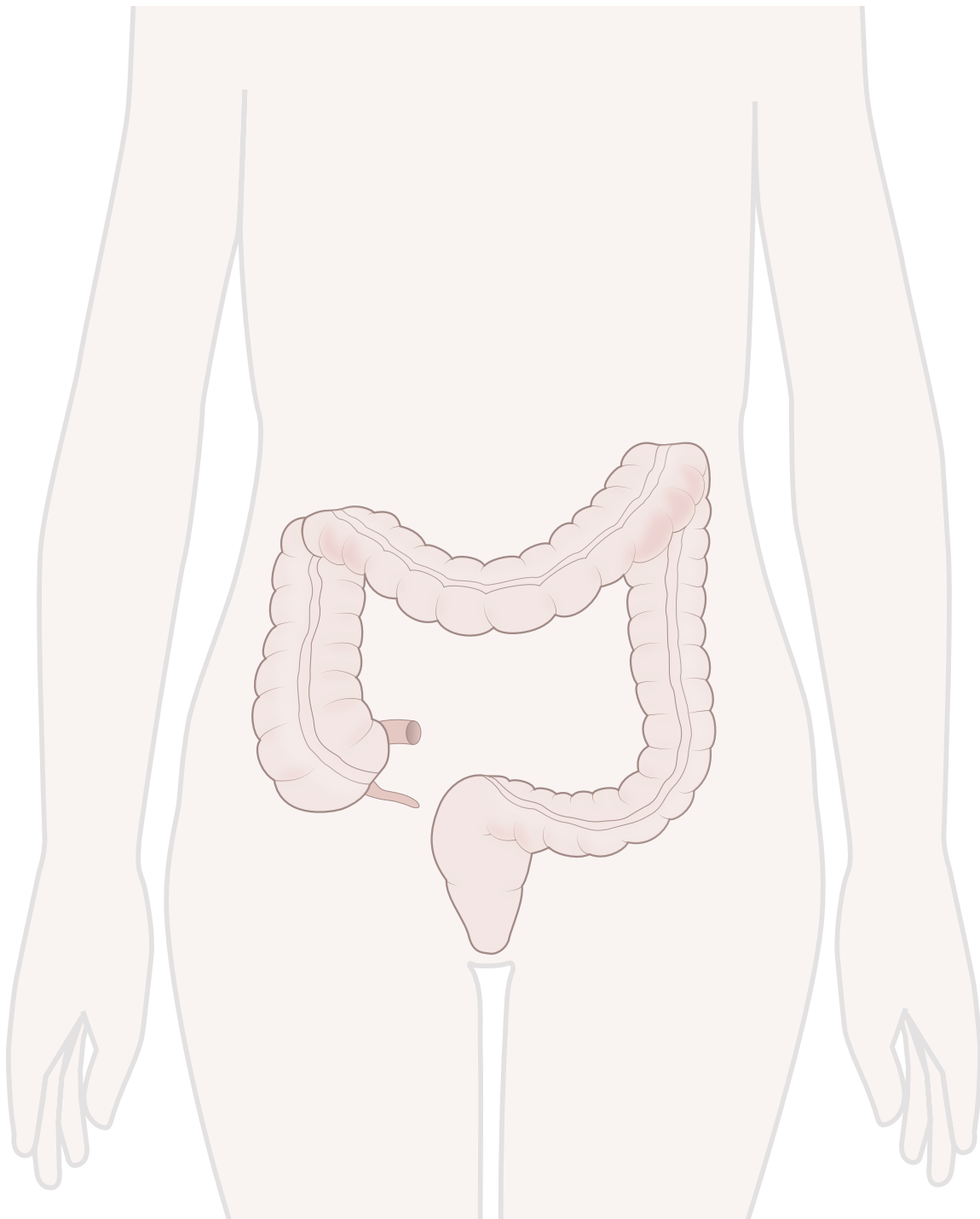
Días después de la cirugía	 Mañana	 Mediodía	 Atardecer	 Noche
1	<u>4</u> / 10	<u>4</u> /10	<u>3</u> /10	<u>3</u> /10

Escala de Dolor



Días después de la cirugía	 Mañana	 Mediodía	 Atardecer	 Noche
1	___ /10	___ /10	___ /10	___ /10
2				
3				
4				
5				

Notas





Reading Hospital

TOWER HEALTH

Advancing Health. Transforming Lives.