

Su guía para la cirugía cardíaca



SHARP

Bienvenidos a Sharp HealthCare

Nuestro objetivo es brindarle la atención excepcional que merece. Sabemos que prepararse para una cirugía puede ser abrumador. Nuestro equipo de atención médica está aquí para ayudarle durante todo el proceso.

Esta guía lo ayudará a través de las diferentes etapas de la cirugía:

1. Preparación
2. Día de la cirugía
3. Recuperación

Recuerde que cada paciente es diferente. Su equipo de atención adaptará el programa de recuperación en base a sus necesidades específicas.

Por favor, lea esta guía y tráigala con usted a todas las citas relacionadas con su cirugía. Anote cualquier pregunta y discútala con su equipo quirúrgico. Es importante que usted y sus seres queridos estén informados sobre todo el procedimiento, para que todos puedan participar plenamente en su proceso de recuperación.

En buena salud,

Su equipo de cirugía cardíaca de Sharp HealthCare

Tabla de contenido

Planeación de la cirugía	3
Pasos a seguir antes de la cirugía	4
Día de la cirugía	5
Recuperación	5
Apuntes y preguntas para su equipo de atención	8

Su nombre _____

Nombre del cirujano _____

Número de teléfono del consultorio del cirujano _____

Fecha de la cirugía _____

Lugar de la cirugía:

Sharp Chula Vista Medical Center

Sharp Grossmont Hospital

Sharp Memorial Hospital

Planeación de la cirugía

Programación de su procedimiento

Después de reunirse con su cirujano y aceptar someterse a la operación, el consultorio del cirujano programará su cirugía y le proporcionará la información necesaria.

Autorización del seguro médico

El consultorio de su cirujano se comunicará con su proveedor de seguro médico para obtener la autorización para su procedimiento. Por favor, notifique de inmediato a su programador de cirugía si hay algún cambio en su seguro médico desde su última visita. Nuestro equipo de Servicios Financieros para Pacientes se comunicará con usted sobre cualquier deducible o copago.

Deberá pagar cualquier deducible o copago el día de la cirugía.

Servicios de Evaluación Previa a la Anestesia (PAES)

Si su cirujano lo refiere al Departamento de Servicios de Evaluación Previa a la Anestesia (PAES por sus siglas en inglés), alguien de ese departamento se comunicará con usted para concertar una cita telefónica y revisar su historial médico y sus medicamentos actuales.

Visita preoperatoria

La visita preoperatoria puede tardar de 1 a 2 horas. Le recomendamos que traiga a una persona de apoyo que le ayude con su cuidado. Lo siguiente es necesario antes de la cirugía:

- Análisis de sangre (no es necesario ayunar)
- Electrocardiograma (EKG por sus siglas en inglés)
- Radiografía de pecho
- Lista de medicamentos actuales
- Reunión con un enfermero de práctica avanzada o un asistente médico para revisar:
 - Qué esperar antes, durante y después de la cirugía
 - Medicamentos que debe continuar o suspender

- Cómo utilizar un espirómetro incentivador (ejercicios de respiración)
- Cómo cuidar su incisión
- Manejo del dolor
- Dieta y nutrición después de la cirugía
- Otras restricciones durante su recuperación
- Planes después de salir del hospital como atención médica domiciliaria, rehabilitación o asistencia a un centro de enfermería especializada (según sea necesario)

Visite sharp.com/paes para obtener más información.

Instrucción de voluntad anticipada de atención médica

Una instrucción de voluntad anticipada de atención médica (*advance health care directive* en inglés) es un documento legal que le permite indicar cómo desea que le traten si no puede hablar por sí mismo. Mediante este formulario, usted puede nombrar a un apoderado de atención médica — una persona de confianza para que tome decisiones sobre su atención médica por usted — y qué tratamientos prefiere sean utilizados para mantenerle con vida. La instrucción anticipada es opcional y se puede eliminar o cambiar en cualquier momento. Si tiene una instrucción anticipada, traiga una copia al hospital antes de su próxima visita o admisión. No necesita un abogado para completar una instrucción anticipada. Para obtener más información y descargar un formulario (disponible en español), visite sharp.com/advancedirective.

Pasos a seguir antes de la cirugía

Un mes antes de la cirugía

Necesitará la ayuda de familiares o amigos inmediatamente después de salir del hospital. Elija una persona de apoyo que pueda ser parte de su equipo para ayudarlo a tomar decisiones y coordinar su cuidado antes, durante y después de la cirugía.

Si no cuenta con ayuda en casa, o si su ayuda es limitada, puede facilitar su recuperación planificando con anticipación. Antes de la cirugía, coloque los objetos de uso frecuente entre la altura de la cintura y la altura de los hombros para evitar tener que agacharse o estirarse para alcanzarlos. Asegúrese de tener suficientes alimentos y otros artículos, ya que ir de compras puede resultar difícil cuando llegue a casa. Nota: Podrá subir escaleras después de la cirugía.

Siga una dieta saludable antes de la cirugía, ya que esto le ayudará a recuperarse más rápido. Con algunas condiciones cardíacas, no se recomienda el ejercicio dado que puede empeorar los síntomas. Consulte con su médico si la actividad física es segura para usted.

Si se lo indica su médico, deje de tomar medicamentos o suplementos sin receta.

Si fuma, este es el momento de dejar de hacerlo. La inhalación de humo, incluida la de los cigarrillos, el vapeo y las drogas recreativas, puede provocar problemas respiratorios más graves después de la cirugía.

No se afeite ni se quite el vello corporal del pecho durante al menos 1 semana antes de la cirugía. Sus médicos y enfermeros eliminarán el vello corporal cerca del sitio quirúrgico con una maquinilla eléctrica.

Un día antes de la cirugía

Alimentos y líquidos

Por favor no coma alimentos sólidos después de las 11 p.m. la noche anterior a la cirugía. Puede tomar medicamentos con sorbos de agua según las instrucciones de su médico.

Su médico se lo indicará si necesita una botella de bebida preoperatoria. Esta bebida no está recomendada para personas con diabetes tipo 1.

Preparación de la piel

Deberá tomar 2 duchas con clorhexidina (CHG) — la primera la noche anterior a la cirugía y la segunda la mañana de la cirugía. Esto ayudará a disminuir el riesgo de infección.

Día de la cirugía

Mañana de cirugía

Su lista de verificación



Tome la bebida preoperatoria (si se la ha proporcionado su médico). Debe haberla terminado por completo 4 horas antes de la hora programada para su registro en el hospital.



Tome sus medicamentos con pequeños sorbos de agua antes de salir al hospital, si su médico se los ha recetado.



Dúchese usando las 2 onzas restantes (media botella) de la solución de clorhexidina (CHG), siguiendo las instrucciones proporcionadas en la botella.



Deje todos los objetos de valor en casa.

Después de registrarse en el hospital

Una vez que su equipo esté listo, lo llevarán al área preoperatoria. Aquí, los enfermeros y los anestesiólogos lo registrarán y se asegurarán de que todo esté listo para la cirugía. Luego lo llevarán al quirófano.

Sala de operaciones

Recibirá anestesia general. Esto requerirá colocar un tubo de respiración y usar un ventilador para ayudarlo a respirar durante la operación. La operación puede durar de 4 a 6 horas dependiendo del tipo de cirugía.

Recuperación

Una vez finalizada la cirugía, lo trasladarán a la unidad de cuidados intensivos quirúrgicos (SICU por sus siglas en inglés). Si no le quitaron el tubo de respiración en el quirófano, se lo quitarán de 4 a 6 horas después de su llegada a la unidad de cuidados intensivos quirúrgicos.

Su cirujano proporcionará un informe clínico a su persona de apoyo designada.

Recuperación posoperatoria temprana:

- Es importante que nuestro equipo de atención maneje su dolor ya que éste puede interferir y demorar su recuperación, afectando la respiración, el sueño, el apetito y el nivel de actividad.
- Camine 3 veces al día con ayuda.
- Si no puede caminar, siéntese en una silla 3 veces al día con ayuda.
- Utilice el espirómetro incentivador 10 veces cada hora mientras esté despierto. Esto disminuye el riesgo de desarrollar neumonía.
- Consuma una dieta especial basada en sus necesidades.

El equipo quirúrgico continuará informándole a usted y a sus seres queridos sobre su progreso y los objetivos de cuidado cada día, incluida la fecha estimada de salida del hospital. Su administrador de casos y su equipo quirúrgico continuarán evaluando y discutiendo con usted y sus seres queridos las posibles necesidades posteriores a su salida del hospital.

Salir del hospital

Su equipo quirúrgico lo evaluará cuidadosamente antes de determinar que se encuentra estable para salir del hospital. Su equipo de atención coordinará su plan de acuerdo con usted:

- Regresará a casa desde el hospital
- Necesitará terapia física ambulatoria, terapia ocupacional o enfermería de atención domiciliaria
- Se le trasladará a un centro de enfermería o rehabilitación hospitalaria aguda para recibir atención adicional

Se le proporcionarán pautas sobre cómo manejar su cuidado una vez que salga del hospital. Usted recibirá:

- Instrucciones detalladas con información sobre su operación y medicamentos que necesitará una vez en casa
- Todas las recetas de medicamentos (a través de RX electrónica)
- Una cita de seguimiento con su cirujano o proveedor después de salir del hospital
- Seguimiento de rehabilitación cardíaca

Recuperación en casa

Siga las instrucciones que le dé su equipo de atención y:

- Dúchese diariamente. No se sumerja ni se siente en el agua durante el primer mes después de la cirugía.
- Camine de 2 a 3 veces al día durante 20 minutos, todos los días. Evite la actividad intensa y las subidas.
- Siga su dieta especial y evite la cafeína y el alcohol durante 4 semanas después de la cirugía.

Regreso al trabajo

Es normal volver al trabajo entre 8 y 12 semanas después de la cirugía. Si su trabajo implica trabajo manual o levantamiento de objetos pesados, discútelos con su cirujano en su cita de seguimiento.

Llame a su cirujano si tiene:

- Fiebre superior a 101° F
- Signos y síntomas de infección de la herida (nuevo enrojecimiento, hinchazón o drenaje)
- Dolor incontrolable

Llame al 911 si experimenta un nuevo dolor en el pecho, palpitaciones o dificultad para respirar que no desaparece con el reposo.



Dieta posoperatoria

Una buena nutrición después de la cirugía es importante para la recuperación. Si no tenía restricciones dietéticas antes de la cirugía, espere tener alguna restricción dietética después del procedimiento. Se le limitará a no más de 2 litros de líquido por día. Es necesario llevar una dieta baja en colesterol y saludable para el corazón que incluya suficientes proteínas, calorías, vitaminas y minerales para favorecer la recuperación. Evite la sal de mesa y comidas procesadas y rápidas. Se le dará un plan dietético basado en su condición médica antes de salir del hospital.

Después de la cirugía, es normal que ciertos alimentos tengan un sabor diferente y que algunos olores puedan provocarle náuseas. Con el tiempo, podrá aumentar la cantidad de alimentos que puede comer.

Ejercicio y actividades

Escuche a su cuerpo. Siga las restricciones de ejercicio según las instrucciones de su cirujano. Después de la cirugía, se recomienda caminar y usted puede subir escaleras. Es importante evitar actividades extenuantes hasta que haya visto a su cirujano en su cita de seguimiento.

La recuperación completa puede tardar entre 2 y 3 meses. Es posible que se sienta más cansado y necesite tomar una siesta por la tarde hasta por 8 semanas después de la cirugía. Su cuerpo necesita descanso para sanar. Póngase pequeñas metas y trate de hacer un poco más cada día.

Cuidado de la incisión

A menos que su equipo quirúrgico le indique lo contrario, dúchese diariamente y deje que el agua con jabón cubra la incisión. Evite bañarse, sumergirse en jacuzzis y nadar durante 4 a 6 semanas después de la cirugía, hasta que todas las incisiones hayan sanado por completo.

Tendrá un vendaje especial sobre la incisión quirúrgica. Recibirá instrucciones para el cuidado de las heridas antes de salir del hospital. Le suturarán (puntos) al retirarle los tubos de drenaje. Estos se eliminarán en su cita de seguimiento con el cirujano.

Preocupaciones después de la cirugía

Llame al consultorio de su cirujano si tiene alguna inquietud sobre su recuperación. Si cree que algo no está bien, llame lo antes posible. Si bien es más fácil comunicarse con alguien de 8 a.m. a 4 p.m., siempre hay un cirujano disponible para cualquier necesidad de emergencia.

