



Manual para pacientes Cirugía

Fecha de la cirugía: _____ Hora de la cirugía: _____

Llegue a las: _____

Próximas citas para su

Información de

Departamento	Horario de atención	Número de teléfono
Providence Newberg Medical Center	24 horas al día 7 días a la semana	503-537-1555
Clínica de atención previa a la internación	Lunes a viernes 9:00 am - 5:00 pm	503-537-5832
Unidad de estadía breve	Lunes a viernes 6:00 am - 9:00 pm	503-537-1450
Departamento de Anestesia		503-537-1796 (solo correo de
Línea de cálculo de costos quirúrgicos	Lunes a viernes 8:00 am - 5:00 pm	1-855-367-1339
PMG Surgery Specialty Clinics <i>Cirugía general, otorrinolaringológica y ortopédica</i>	Lunes a viernes 7:30 am - 5:00 pm	503-537-5620
Northwest Urology	Lunes a viernes 8:00 am - 3:00 pm	McMinnville (503) 435-2561 Sherwood (503) 972-8760
Women's Healthcare Associates	Lunes a viernes 8:30 am - 5:00 pm	503-538-2698
Northwest Extremity Specialists	Lunes a viernes 8:00 am - 5:00 pm	503-554-8408
Pacific Vascular Specialists	Lunes a viernes 8:00 am - 5:00 pm	503-292-0070

Nuestro personal de servicios quirúrgicos tiene el privilegio de que nos haya elegido para satisfacer sus necesidades quirúrgicas. Nos esforzamos por hacer que su experiencia quirúrgica sea positiva, tanto para usted como para su familia. Adjunto a este folleto encontrará instrucciones detalladas sobre cómo prepararse para una cirugía.

Sección 1: Preparación para su



Antes de la cirugía

Todos nuestros pacientes quirúrgicos pasan por una entrevista de evaluación previa a la internación, por teléfono o personalmente, con un enfermero registrado especialmente capacitado para prepararlo para su cirugía. **Uno de estos enfermeros lo llamará dentro de la semana previa a su cirugía.**

Durante la entrevista de evaluación previa a la internación, se revisa su expediente médico para ver su historial médico, sus medicamentos, alergias, cirugías anteriores y experiencias con la anestesia.

Nota: Es posible que, en el proceso de preparación para su cirugía, reciba muchas llamadas telefónicas para verificar información. Puede que reciba llamadas de parte de registros, de la oficina de programación de intervenciones quirúrgicas, del enfermero de preinternación, del consultorio de su médico o cirujano y, posiblemente, del farmacéutico de nuestro hospital. Todas estas llamadas se originarán de un número general del hospital.

No

Escuche atentamente el número correctoal que debe devolver la llamada, ya que será un número diferente.



Se le ofrecerá recibir la visita del capellán del hospital el día de su cirugía. El capellán es no confesional y puede brindarle apoyo espiritual.

Sección 1: Preparación para su

Información sobre la anestesia

¿Qué es la anestesia?

La anestesia es una forma segura y eficaz de aliviar el dolor y las molestias durante su procedimiento médico. Todos los cuidados anestésicos se proporcionan con el más alto grado de profesionalismo por parte de anestesistas especializados y capacitados. El plan anestésico elegido para usted se basa en factores tales como su estado físico, la naturaleza de la cirugía y sus reacciones a medicamentos.

Consulta con su anestesista

El día de su cirugía se reunirá con su anestesista, quien revisará su historia clínica, aclarará dudas con respecto a dicha historia y le hará una evaluación física. Antes de la anestesia, la entrevista preoperatoria brinda a su anestesista información valiosa que lo ayuda a decidir cómo lo atenderá. Tendrá la oportunidad de expresar sus preferencias con respecto al plan de atención y de recibir respuesta a sus preguntas.

Si necesita hablar con un anestesista antes del día de la cirugía, puede dejar un mensaje en el correo de voz del **Departamento de Anestesia**, a través del número de teléfono que aparece en la página uno de este manual. Típicamente, un anestesista lo llamará dentro de las 24 horas posteriores a su mensaje de correo de voz.

Medicamentos antes de la cirugía

Si está tomando aspirina o un anticoagulante recetado (Coumadin, Plavix, Xarelto, Pradaxa, Eliquis) dentro de sus medicamentos habituales, **hable con su profesional médico sobre cuándo dejar de tomarlo y si debe hacerlo antes de la cirugía.**

1 semana antes de la cirugía: Recomendamos dejar de tomar todas las vitaminas, medicamentos herbales y complementos.

1 semana antes de la cirugía: Recomendamos dejar de tomar AINE (aspirina, Excedrin, ibuprofeno, naproxeno, etc.).

48 horas antes de la cirugía: No tome ningún medicamento del tipo del Viagra, Levitra o Cialis, **salvo que su cirujano le diga específicamente que están permitidos.**

El día de la cirugía: No tome ningún medicamento que pueda causarle malestar estomacal si se toma sin alimentos.

Medicamentos de la mañana: Tome sus medicamentos de la mañana aprobados con no más de 8 oz de agua para ayudar a tragarlos. Debe hacer esto antes de las 2 horas previas a la cirugía.



Preocupaciones en casos de diabetes

No tome insulina la mañana de la cirugía, salvo que le indiquen otra cosa. Le daremos instrucciones específicas sobre sus medicamentos. Si usa una bomba de insulina, configúrela en la función nocturna/de sueño/de día de enfermedad, o apáguela. Asegúrese de que su bomba esté ubicada en una zona alejada al lugar de su cirugía.

Comida y bebida antes de la cirugía

Cirugías matutinas

No coma ni beba nada después de la *medianoche*. Esto incluye caramelos, goma de mascar, pastillas de menta, tabaco masticable y alcohol.

Debido a esto, le recomendamos consumir un bocadillo saludable con proteínas la noche anterior y que se hidrate bien durante los dos días anteriores y la noche previa a la cirugía.

Preparación de los intestinos: Si desde el consultorio de su cirujano le solicitan que beba una solución de preparación de los intestinos antes de la cirugía, siga las instrucciones

Medicamentos: Tome **medicamentos** con no más de 8 oz de agua para ayudar tragarlos. Debe hacer esto antes de las 2 horas previas a la cirugía.



Puede que lo autoricen a consumir una comida *liviana y pequeña* 8 horas antes del comienzo de su cirugía programada. Después de esa hora, **SOLO podrá beber agua sin gas** hasta 4 horas antes del comienzo de su cirugía.



Dejar de fumar antes de la cirugía

Deje de fumar. Esto es lo más importante que puede hacer, y no es preciso que lo haga solo. Incluso dejar de fumar durante una semana antes de la cirugía ayudará a que su recuperación sea más rápida.

Para obtener ayuda para dejar de fumar, llame a la Línea de recursos de Providence al 503-574-6595 o a Quit for Life, al 1-866-QUIT-4-LIFE, 1866-784-8454.

También puede entrar en www.providence.org/stopsmoking o en *Strong for Surgery* <https://www.facs.org/quality-programs/strong-for-surgery>

Fumar aumenta el riesgo de sufrir problemas cardíacos y respiratorios

Fumar aumenta la presencia de mucosidad en las vías respiratorias y reduce su capacidad de combatir infecciones. También aumenta el riesgo de padecer neumonía y otros problemas respiratorios. La nicotina de los cigarrillos puede aumentar la presión arterial, la frecuencia cardíaca y el riesgo de sufrir arritmias (latidos cardíacos irregulares). El monóxido de carbono de los cigarrillos reduce la cantidad de oxígeno en la sangre. Dejar de fumar al menos un día antes de la cirugía puede reducir su presión arterial y el riesgo de tener latidos cardíacos irregulares. Los fumadores tienen un mayor riesgo de formación de coágulos de sangre y al menos el doble de riesgo de sufrir un infarto en comparación con los no fumadores.

Viajes

Si vive lejos del Providence Newberg Medical Center (a más de 60 millas [96.5 km]), tenga en cuenta hacer los arreglos necesarios para permanecer en la zona entre 24 y 48 horas después de recibir el alta hospitalaria. Después de esas 24 a 48 horas, si va a conducir una distancia larga hasta casa, asegúrese de detenerse y bajar del automóvil para caminar cada una o dos horas. Caminar durante algunos minutos ayudará a que circule la sangre por su cuerpo. Esto a su vez ayudará a evitarla formación de coágulos de sangre y a impedir que sufra calambres musculares.

Viaje de vuelta a casa

Una vez que llegue a la Unidad de estadia breve, verificaremos que cuente con una forma de volver a casa. Después de haber recibido cualquier tipo de sedación, no podrá conducir. Haga los arreglos necesarios para que alguien se quede con usted durante las 24 horas posteriores a la cirugía. Si no consiguiera una forma de volver a casa junto a un adulto responsable, puede usar los servicios de

transporte médico. **No puede viajar en autobús, Dial-a-Ride, taxi ni servicios de compartido.**

Esto tiene como objetivo garantizar su seguridad.

Transporte médico

WellRide de Yamhill Community Care

1-844-256-5720

Transporte de Wapato Shores

Willamette Valley Transport

503-569-7070

Caring Hands 1 Inc. Medical Transport

Viajes

Coordine el alojamiento en un hotel, según sea necesario, para familiares o amigos que vayan a apoyarlo durante su estadia en el hospital. Consulte a continuación los hoteles cercanos.

Travelodge Suites by Wyndham

Newberg

2816 Portland Rd, Newberg, OR

503-537-5000

www.wyndhamhotels.com

Best Western Newberg Inn

2211 Portland Rd, Newberg, OR 97132

503-537-3000

Holiday Inn Express Newberg

501 Sitka Ave, Newberg, OR 97132

503-537-0303

www.ihg.com

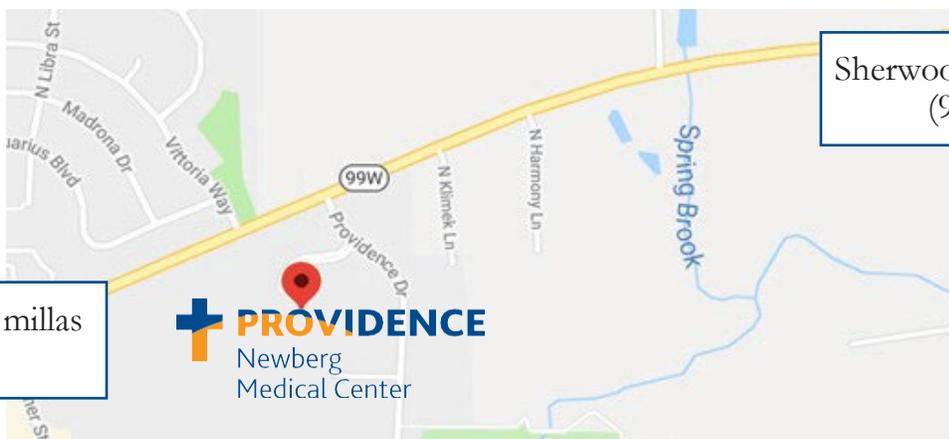
Town & Country Motel

1864 Portland Rd, Newberg, OR 97132

503-538-2800

www.townandcountrynewberg.com

McMinnville – a 14 millas
(22.5 km)



Sherwood – a 6 millas
(9.6 km)



Baño preoperatorio

La higiene de la piel antes de la cirugía reduce el riesgo de infección.

2 a 3 días antes: Deje de afeitarse en el área general del sitio

La noche antes de la cirugía:

Tome una ducha tibia, lávese el pelo primero con sus productos habituales y luego el resto del cuerpo con un jabón antibacterial como Dial o Safeguard.

Séquese con una toalla recién lavada y duerma en sábanas también recién lavadas, con ropa recién lavada. No permita a su mascota dormir con usted esa noche.

El día de la cirugía:

Tome una ducha tibia tal como lo hizo la noche anterior. No es necesario que vuelva a lavarse el pelo. Séquese con otra toalla recién lavada y vístase con ropa también recién lavada y cómoda. Elija ropa que sea adecuada para después de la cirugía.

No se aplique lociones, ungüentos, talcos, desodorantes, maquillaje ni productos para el pelo.

Si fuera posible, quítese todas las joyas y piercings antes de darse la última ducha. Si van a operarle un brazo o un hombro y tiene un anillo en esa mano, DEBE quitárselo antes de la cirugía.

Le darán instrucciones aparte sobre bañarse con un jabón quirúrgico antes de la cirugía.

Este jabón contiene gluconato de clorhexidina y puede llamarse Hibiclens o Bactoshield.

Verá que este jabón no hace espuma. Use una cantidad abundante de jabón en un paño de baño limpio y aplíquelo desde el cuello hasta los dedos de los pies. Preste especial atención al sitio quirúrgico. Déjelo actuar de 3 a 5 minutos antes de enjuagarse. Séquese con una toalla recién lavada y vístase con ropa también recién lavada.

Cuidado oral

Le pedimos que se cepille los dientes antes de salir para el hospital. Se ha demostrado que el buen cuidado oral previo a la anestesia reduce el riesgo de sufrir una neumonía..



Llegada al hospital

Regístrese en el mostrador de recepción de la entrada principal. Posteriormente recibirá un brazalete con su nombre y lo dirigirán al Departamento de Servicios Quirúrgicos. Allí es donde se encuentra la Unidad de estadía breve.

Una vez que llegue a la Unidad de estadía breve, verificaremos que cuente con una forma de volver a casa. **Después de haber recibido cualquier tipo de sedación, no podrá conducir.** Haga los arreglos necesarios para que alguien se quede con usted durante las 24 horas posteriores a la cirugía.

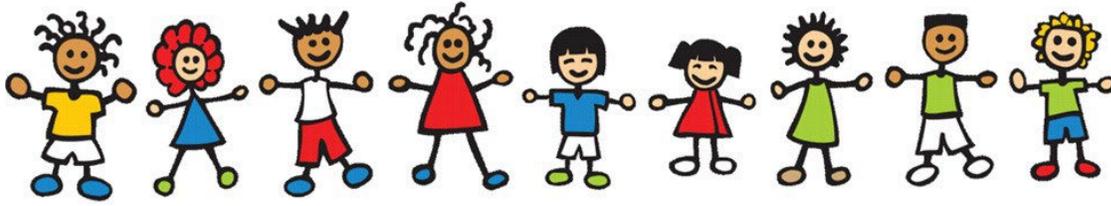
Un enfermero de estadía breve lo ayudará a prepararse para la cirugía. Verificará su información de la entrevista previa a la internación y le preguntará si hubo algún cambio. Luego, el enfermero le colocará una vía IV. Díganos si hay una determinada técnica o ubicación específica que funcione mejor en su caso.



Se reunirá con el cirujano y el anestesista. Ellos responderán todas las preguntas que usted pueda tener y confirmarán el procedimiento quirúrgico programado.

Es probable que, antes de ciertos procedimientos, le pidan una muestra de orina al llegar.





Intervenciones quirúrgicas en niños

Aquí en el Providence Newberg Medical Center nos esforzamos por que nuestros pacientes más pequeños se sientan cómodos con su atención médica. Si van a operar a su hijo, usted es quien desempeña el papel más importante para que la experiencia quirúrgica del niño sea buena. Aquí mencionamos algunos puntos clave.

- Su hijo siempre está escuchando. Cuando hable sobre experiencias en hospitales o con cirugías, hágalo en forma positiva.
- Prepare a su hijo hablándole sobre el proceso. Lo desconocido puede dar miedo.
- Traiga de casa objetos que reconforten al niño, para ayudar a distraerlo.
- Si su hijo es menor de 15 años, usted debe permanecer en el campus en todo momento.

Díganos durante la entrevista previa a la internación si su hijo tiene alguna necesidad especial, dificultades de aprendizaje o temores específicos para poder planificar con anticipación.

Preparación para el alta

Después de la cirugía, despertará en la Unidad de atención posanestesia (sala de recuperación). Es probable que en este momento el cirujano hable con su familia y la ponga al tanto de cómo está usted. Si volverá a casa ese mismo día, lo llevarán de regreso a la Unidad de estadía breve y desde allí le darán el alta. Su familia podrá estar junto a usted. Antes de que se vaya a casa, nos aseguraremos de que tolere lo que beba y coma, y que orine.

Precauciones que deben tener todas las personas que reciban medicamentos sedantes para su cirugía durante las primeras 24 horas posteriores al alta.

- No conduzca ni opere maquinaria pesada.
- No tome decisiones personales o legales importantes ni firme documentos legales.
- Evite consumir alcohol.
- Debe ser dado de alta bajo el cuidado de un adulto responsable.

Después de volver a casa

Haga planes para quedarse en casa el resto del día. Recomendamos que alguien se quede con usted durante la noche. Siga las instrucciones para el alta que le dieron en el momento del alta.

- Respirar hondo, toser y levantarse ayuda a mantener los pulmones despejados y a evitar infecciones pulmonares posoperatorias.
- Estirar y flexionar los dedos de los pies hace que la sangre se mantenga circulando por las piernas y ayuda a prevenir la formación de coágulos.
- Es importante que beba líquidos. Manténgase hidratado.
- También es importante que no se toque el sitio quirúrgico y que lo mantenga limpio y seco.

Preguntas frecuentes

(preguntas que se formulan con

sobre

“Infecciones de sitios

¿Qué es una infección del sitio quirúrgico (SSI, por su sigla en inglés)? Una infección del sitio quirúrgico es una infección que ocurre después de la cirugía en el lugar del cuerpo donde se llevó a cabo la intervención. La mayoría de los pacientes que se someten a cirugías no desarrollan infecciones. No obstante, sí se desarrollan infecciones en aproximadamente entre 1 y 3 de cada 100 pacientes sometidos a cirugías.

Algunos de los síntomas comunes de una infección del sitio quirúrgico son:

- Enrojecimiento y dolor alrededor del área donde le hicieron la intervención.
- Secreción de un líquido turbio por la herida de la cirugía.
- Fiebre.

¿Las SSI son tratables?

Sí. La mayoría de las infecciones de sitios quirúrgicos se pueden tratar con antibióticos. El antibiótico que le administren dependerá de las bacterias (gérmenes) que estén causando la infección. Además, algunos pacientes con SSI necesitan otra cirugía para tratarla infección.

¿Cuáles son algunas de las cosas que hacen los hospitales para prevenir las SSI?

Para prevenir las SSI, los médicos, enfermeros y demás profesionales de la salud:

- Se lavan las manos y los brazos, hasta el codo, con un agente antiséptico inmediatamente antes de la cirugía.
- Se lavan las manos con agua y jabón o con desinfectante de manos a base de alcohol antes y después de atender a cada paciente.
- Puede que le quiten parte de su pelo o vello inmediatamente antes de la cirugía, con una afeitadora eléctrica, si el pelo o el vello se encontraran en la misma área donde se llevará a cabo el procedimiento. No deben afeitarse con una cuchilla.
- Se cubren el pelo y usan máscaras, batas y guantes durante la intervención quirúrgica para mantener limpia el área de la cirugía.
- Le administran antibióticos antes de comenzar la cirugía. En la mayoría de los casos, debería recibir antibióticos dentro de los 60 minutos previos al comienzo de la cirugía y dejar de recibirlos dentro de las 24 horas posteriores a la cirugía.
- Le limpian la piel en el sitio de la cirugía con un jabón especial que mata a los gérmenes.

¿Qué puedo hacer para prevenir las SSI? Antes de la cirugía:

- Informe a su médico sobre otros problemas médicos que tenga. Los problemas de salud tales como alergias, diabetes y obesidad podrían afectar su cirugía y su tratamiento.
- Deje de fumar. Los pacientes que fuman contraen más infecciones. Hable con su médico sobre cómo dejar de fumar, antes de la cirugía.
- No se afeite cerca del sitio donde lo van a operar. Afeitarse con una cuchilla puede irritar la piel y eso facilita el desarrollo de una infección.

En el momento de la cirugía:

- Si alguien intenta afeitarse con una cuchilla antes de la cirugía, dígame que no. Pregunte por qué es necesario afeitarse y hable con el cirujano si tiene alguna inquietud.

Después de la cirugía:

- Asegúrese de que los profesionales médicos se laven las manos antes de examinarlo, ya sea con agua y jabón o con desinfectante de manos a base de alcohol.

Si no ve que los profesionales médicos que lo atienden se lavan las manos, pídale que lo hagan.

- Los familiares y amigos que lo visiten no deben tocarle la herida quirúrgica ni los vendajes.
- Los familiares y amigos deben lavarse las manos con agua y jabón o con desinfectante de manos a base de alcohol antes y después de visitarlo. Si no los ve lavarse las manos, pídale que lo hagan.

¿Qué tengo que hacer cuando salga del hospital y vaya a casa?

- Antes de que vuelva a casa, el médico o el enfermero le explicarán todo lo que debe saber sobre cómo cuidar su herida. Asegúrese de entender cómo cuidar su herida antes de salir del hospital.
- Lávese siempre las manos antes y después de cuidar su herida.
- Antes de volver a casa, asegúrese de saber con quién comunicarse si tuviera preguntas o problemas tras volver a casa.
- Si tiene algún síntoma de infección, como enrojecimiento y dolor en el sitio de la cirugía, secreción o fiebre, llame inmediatamente a su médico.

Si tiene más preguntas, hable con su médico o enfermero.

Copatrocinado por:



Alimentación previa a la cirugía

Cómo comer antes y después de la cirugía para sanar mejor

Es importante prestar atención a la alimentación antes y después de la cirugía. Lo que come y la cantidad que come pueden ayudarlo a estar mejor antes y después de la cirugía.

Una dieta balanceada y sana, con proteínas extra, puede ayudarlo a:

- Almacenar fuerzas para preparar el cuerpo para la cirugía.
- Recuperarse mejor después de la cirugía.
- Cicatrizar heridas y sellar huesos.
- Tener suficiente energía y fuerza para reanudar las actividades normales.

Se ha demostrado que la mala alimentación:

- Aumenta el riesgo de infecciones y complicaciones quirúrgicas.
- Perjudica la cicatrización de heridas.
- Aumenta el tiempo de permanencia en el hospital.
- Aumenta la cantidad de cuidado y apoyo necesarios después de recibir el alta hospitalaria.

Indicaciones sobre proteínas

Las proteínas son fundamentales para mantener los músculos. Los adultos con más masa muscular tienen más independencia, mejor equilibrio y menos riesgo de sufrir caídas y fracturas. Cuando los adultos llegan al entorno de los 40 años de edad suelen perder el 1 o 2% de su masa muscular por año. Comer la cantidad adecuada de proteínas durante el día puede ayudarlo a mantener la masa muscular.

Consuma proteínas en todas las comidas

Consuma de 3 a 4 onzas (entre 20 y 30 gramos) de proteína por comida. Incluya a menudo estos alimentos con alto contenido de proteína:

- Carne magra de res, pollo, cerdo y mariscos
- Frijoles y lentejas, frutos secos y semillas
- Leche (si tiene intolerancia a la lactosa, pruebe la leche deslactosada: es igual a la leche común pero sin lactosa)
- Queso, requesón y yogur
- Huevos

¿Qué constituye una onza de proteínas?

Recuerde que su objetivo es consumir de 3 a 4 onzas por comida.

- 1 onza (28 g) de carne cocida de res, pescado o pollo (unas 3 a 4 onzas tienen el tamaño aproximado de un mazo de naipes o la palma de la mano)
- ¼ taza de frijoles, arvejas o lentejas cocidos
- 1 huevo
- 1 cucharada de mantequilla de maní
- ½ onza de frutos secos o semillas (12 almendras, 7 mitades de nuez)
- 1 taza de leche o yogur
- 1.5 onzas de queso duro (del tamaño aproximado de 3 dados)
- ¼ taza de requesón

Cuando lea las etiquetas de los alimentos en las que las proteínas se mencionan en gramos, tenga en cuenta que 28 gramos son más o menos una onza.

No olvide hacer ejercicio

Las proteínas y el ejercicio juntos ayudan a generar y reparar los músculos, lo que es fundamental para mantenerse en forma para llevar a cabo las actividades cotidianas.

Aprenda más sobre las proteínas en www.choosemyplate.gov/protein-foods.

Esta información tiene fines de educación general exclusivamente: siga siempre las recomendaciones de su médico y consúltelo si tiene alguna pregunta.

Cinco consejos para comer mejor, sentirse mejor y recuperarse mejor

1. Obtenga abundante combustible

- Asegúrese de comer y beber suficientes alimentos saludables y líquidos en las semanas previas a su cirugía. Su cuerpo necesita combustible adicional, proteínas, vitaminas, minerales y líquidos para sanar.
- Consuma de 2 a 3 comidas y entre 1 y 3 bocadillos saludables por día.

2. Consuma alimentos de todos los grupos:

- Proteína • Lácteo • Verdura • Grano • Fruta

3. Consuma abundantes proteínas

- Consuma proteínas en todas las comidas, en especial en el desayuno y después de fisioterapia.
- Entre las buenas fuentes de proteína se incluyen pescado, pollo, carnes o sustitutos de la carne, leche, leche de soja fortificada, queso, yogur, frijoles, frutos secos y semillas.

4. Aunque no tenga hambre, intente comer de todos modos

- Haga comidas más pequeñas y consuma bocadillos con más frecuencia, e incluya alimentos con proteínas.
- Coma con un amigo o un familiar. Los adultos que comparten comidas tienden a comer mejor. Consulte *Mealtime for Healthy Adults* (La hora de comer para adultos saludables) bajo *Educational Materials* (Materiales educativos) en www.healthoregon.org/sharedmeals para obtener más información.

Información sobre

Medicamento	Propósito	Frecuencia	Última dosis

Nota



NUESTRA MISIÓN

COMO EXPRESIONES DEL AMOR SANADOR DE DIOS, ATESTIGUADAS
A TRAVÉS DEL MINISTERIO DE JESÚS, NOS MANTENEMOS FIRMES EN SERVIR A TODOS,
ESPECIALMENTE A LOS POBRES Y VULNERABLES.