

## Preparación para una mejor recuperación después de una cirugía abierta

### *Preparation for Enhanced Recovery after Open Surgery*

#### Antes de la cirugía

---

- Es posible que se le dé un corto régimen de ejercicio para que le ayude a prepararse para la cirugía. Por favor haga los ejercicios como se le indique.
- El día antes de la cirugía no hay ninguna restricción alimenticia, y puede comer lo que quiera.
- A partir de la medianoche antes de su cirugía, puede seguir bebiendo solo líquidos claros.
- Si se le dio la bebida Boost Breeze®, que es rica en carbohidratos, debe consumirla entre 2 a 4 horas antes de la llegada.
- Puede sustituir 16 onzas de una bebida Gatorade® o jugo filtrado de manzana por Boost Breeze® si no la tiene.
- Tiene que dejar de beber 2 horas antes de la llegada. Si sigue bebiendo o bebe otra cosa aparte de agua o Boost Breeze® entre la medianoche y 2 horas antes de su llegada, su cirugía se cancelará por razones de seguridad.

#### La noche de la cirugía

---

- El enfermero le ayudará a levantarse de la cama 6 horas después de la cirugía.
- Probablemente se le quitará la sonda de la vejiga 6 horas después de la cirugía y podrá orinar por su cuenta.
- Para controlar su dolor de manera óptima, probablemente le recomendaremos que se coloque una sonda epidural para administrar un medicamento para el dolor. Los anestesiólogos repasarán este procedimiento con usted antes de la cirugía.

#### Su hospitalización después de la cirugía

---

- En la mayoría de los casos, usted podrá comer lo que quiera el día después de su cirugía.
- Se le dará una bebida nutritiva (Nestle Impact®) para ayudar a reducir el riesgo de infección de la herida. Tómela tres veces al día.
- Les tendremos al día a usted y a su familia sobre la posible fecha del alta.
- Una persona adulta responsable tiene que estar disponible la mañana en que se le dé de alta del hospital para recibir indicaciones sobre su cuidado y transportarle a casa.
- Dependiendo de su tipo de cirugía, es posible que su cirujano le pida que se ponga un medicamento inyectable en casa para prevenir los coágulos de sangre. La mañana después de la cirugía, un enfermero le enseñará a usted o a un familiar cómo ponerse estas inyecciones durante cuatro semanas después de la cirugía.

#### En casa

---

- Se sentirá adolorido después de la cirugía y podría necesitar tomar analgésicos.
- Debe considerar tener a un familiar o amigo para que le ayude en casa mientras se recupera.
- Es posible que algunas personas necesiten rehabilitación adicional fuera del hospital. En el hospital determinaremos si la necesita y haremos los arreglos por usted antes de que se le dé de alta.
- Si tiene alguna preocupación, llame al consultorio de su cirujano al 415-353-9600.