



## NOTICIA

### Guía para pacientes ante su próxima cirugía

#### ■ Educación ciudadana para la salud

*Dina I. Peirona para laenfermeria.es* / Estas líneas pretenden ser una pequeña guía de referencia para aquellos pacientes que han de pasar por el trance de ser intervenidos quirúrgicamente y, aunque de ningún modo sustituye las indicaciones que el médico dará cara a la operación, sí incluye una serie de datos y normas higiénico-sanitarias básicas que le resultarán de utilidad.

#### Fomentar una actitud positiva

Toda vez que se establece un diagnóstico clínico que implique una intervención, cada paciente reaccionará de manera diferente, pero no es de extrañar que surja un sentimiento de miedo a lo desconocido.

Muchas personas se sienten desvalidas ante la inminencia de un acto quirúrgico, donde no van a tener control sobre los acontecimientos; si unimos esto a la falta de información sobre el proceso, los comentarios mal intencionados de algún conocido o la repercusión mediática de algún caso desafortunado, podemos encontrarnos ante cuadros de ansiedad, desequilibrio emocional o temores infundados, que en nada benefician al proceso curativo. Bien al contrario, conviene que el paciente sea colaborador y positivo, desterrando los sentimientos negativos o fantasmas relacionados con la mala suerte.

Se hace necesario por tanto, que conozcamos en qué consistirá el acto quirúrgico y lo que lo rodea, desde los

momentos previos, al postoperatorio.

#### Información al paciente

Generalmente nos sometemos a una operación para restablecer la salud perdida o conseguir una mejor calidad de vida, y ello implica realizar un procedimiento que será más o menos agresivo, dependiendo del diagnóstico inicial y los medios disponibles.

Resulta absolutamente necesario, que el paciente confíe en el médico que ha pautado la intervención, y éste se esfuerce en contestar todas aquellas preguntas que se le formulen, así como repasar las diferentes alternativas con sus ventajas e inconvenientes; por su parte, el paciente, en el ejercicio del derecho que le asiste, valorará dichas alternativas y/o solicitará una segunda opinión si así lo estima conveniente.

Antes de la intervención, el paciente obligatoriamente ha de firmar un consentimiento informado, en el que se accede a la operación, dándose por informado sobre las características, ventajas y riesgos de la misma. En el caso de un menor, la firma del consentimiento informado será la de sus padres o tutores.

Cabe recordar la voz popular que dice “las ciencias avanzan que es una barbaridad”, y si en algún área del conocimiento humano es más evidente, es en el relacionado con la medicina. A diario en nuestro país,

#### edita

*tú cuidas, tú cuidas flash, y el Fondo Documental Sanitario, son proyectos libres y colaborativos.*

*edita:  
www.laenfermeria.es*

*Es Vd. libre de distribuir este material.*

# Guía para pacientes ante su próxima cirugía

se realizan miles de actos quirúrgicos, y afortunadamente, contamos con los mejores recursos materiales y humanos para garantizar resultados óptimos.

Una de las preocupaciones más recurrentes es la relacionada con la administración de fármacos, y en particular, la anestesia general, pero en este campo el avance ha permitido que en la actualidad, la inducción anestésica sea confortable y segura, la dosificación esté perfectamente controlada y el despertar de la mayor parte de las intervenciones no resulte desagradable, siendo pocos o nulos los efectos secundarios indeseables.

## Preparándonos para la operación

El equipo médico determinará las pruebas pertinentes, que suelen consistir en una revisión general, electrocardiograma, analítica sanguínea y placa de tórax. En determinadas intervenciones, cabe la posibilidad de añadir pruebas más específicas, como las que determinan las funciones renales y otras, pero el paciente también puede adoptar una serie de medidas que pasamos a comentar.

Ante una operación es preciso prepararse física y psíquicamente. Detrás de una mala preparación puede estar el fracaso del tratamiento o la aparición de complicaciones. La preparación física puede centrarse en una serie de medidas higiénicas que favorecen una posterior recuperación:

Procuraremos resguardarnos del frío y de las corrientes de aire, así como de los cambios bruscos de temperatura (aires acondicionados en interior para salir a continuación al calor de la calle), con ello evitaremos acatarrarnos, dado que un resfriado común puede obligar a suspender la intervención o favorecer la aparición de problemas respiratorios en el postoperatorio.

Prudencia con la alimentación los días previos a la intervención, para contribuir a la normalidad del tubo digestivo (si la intervención es en el aparato digestivo, se suelen requerir actuaciones específicas, como dietas más ligeras o pobres en residuos, la colocación de sondas, el empleo de enemas, o soluciones laxantes orales; en cualquier caso, siga al pie de la letra las indicaciones de su médico); en términos generales,

comidas ligeras, incluyendo la cena inmediatamente anterior a la intervención, evitando el exceso de grasas y el alcohol.

La noche antes de la operación, cenar de forma ligera, dejando los sólidos y líquidos a partir de la medianoche.

Los fumadores harían bien en evitar el tabaco al menos una semana antes. La tos y el espasmo consiguiente producido por la irritación pulmonar inducida por el tabaco, puede resultar un problema para la cicatrización de algunas heridas. Por otro lado, la acumulación de secreciones en los bronquios que ya acompaña al fumador, unido al dolor del postoperatorio, que nos dificultan de por sí los movimientos respiratorios normales, pueden producir una retención que favorezca un caldo de cultivo bacteriano que podría terminar en una neumonía.

Indíquele a su médico los medicamentos que está tomando, y evite cualquier tipo de droga, incluyendo el alcohol. De manera general, el médico suprimirá cualquier fármaco que sea anticoagulante (Aspirina, Adiro, Sintrón, Warfarina, Fraxipazina...) una semana antes de la operación, ya que, cabría esperar problemas de sangrados excesivos.

No olvide comentarle al médico, de ser así, que utiliza cualquier tipo de implante dental, funda, carilla o similar; del mismo modo, antes de abandonar la habitación camino del quirófano, quítese y ponga a buen recaudo cualquier prótesis que pudiera portar.

Procure descansar la noche anterior a la intervención; si se encuentra inquieto, es muy probable que convenga contactar con su médico para que éste, si lo considera conveniente, le pauté algún sedante suave.

Siempre que le sea posible, antes de la intervención, haga sus necesidades fisiológicas y dúchese con abundante agua y jabón.

Tanto si se va a someter a una cirugía que requiera ingreso, como si se trata de una cirugía ambulatoria, siempre debe quitarse todos los objetos de metal que pudiera portar (zarcillos, pulseras, anillos...), ya que en ocasiones, se

# Guía para pacientes ante su próxima cirugía

requiere utilizar bisturí eléctrico y podría provocarnos quemaduras.

De ser hipertenso, el médico anestesiólogo quizás le indique tomar su medicamento antihipertensivo con un pequeño sorbo de agua antes de ir al quirófano, en todo caso, si usted padece una patología de base, como hipertensión, diabetes u otras, siga escrupulosamente las indicaciones médicas.

## Postoperatorio

Tras la intervención, el paciente suele estar en observación en un servicio especial, hasta que es enviado a su habitación y, posteriormente, dado de alta.

## Unas últimas indicaciones para el paciente

Siga la dieta que se le pautó y no coma nada fuera de la misma, ya que aunque sea estricta, únicamente persigue su pronta recuperación.

Dependiendo de la intervención, la recuperación puede ser más o menos rápida y/o molesta, por tanto, no repare en solicitar analgesia, ya que es del todo innecesario sufrir y, de paso, alargar la estancia en el hospital.

Para evitar infecciones, procure una higiene estricta.

Procure descansar todo lo posible, ya que tanto el entorno, el horario de las medicaciones o las pautas del servicio, hacen que en ocasiones, no se duerma por las noches tanto como se debería.

Durante su convalecencia, seguirá contando con el apoyo y cuidados del personal sanitario, así como del de su familia y amistades.

A estos dos últimos grupos, convendría recordarles que sigan escrupulosamente una serie de reglas, dictadas tanto por la lógica, como por las normas de régimen interno del centro hospitalario, que no persiguen otra cosa que el bienestar de los pacientes ingresados, de las propias visitas, y el normal desarrollo de la actividad asistencial:

Las visitas deberán ajustarse a los horarios establecidos y

evitarán deambular en exceso por los pasillos de la planta.

Tanto si la habitación es individual como si es compartida con otro paciente/s, siga las indicaciones en cuanto al número y tiempo de visita, no olvide que los enfermos agradecen las visitas, pero de manera ordenada y siempre y cuando no les agoten. Respete la intimidad del paciente.

No coma ni fume ni alce la voz en las instalaciones sanitarias, tampoco introduzca alimentos o bebidas salvo previa autorización.

Si algún familiar o amigo está enfermo o convaleciente, no debe acudir al centro, igualmente abstenerse de regalar flores o plantas que puedan liberar polen, por el riesgo de alergias (le haríamos flaco favor a un paciente, si añadimos a sus problemas uno más).

Habitualmente, el entorno hospitalario, por la propia naturaleza asistencial, está plagado de virus y bacterias, por lo que no es conveniente que los niños, cuyo sistema inmunitario no está plenamente desarrollado y son inquietos por naturaleza, entren en contacto con dicho entorno, salvo indicación de lo contrario.

No utilice los mismos servicios que los pacientes hospitalizados, y procure en la medida de lo posible, interactuar lo mínimo indispensable con el entorno (mobiliario); como no sentarse en la cama del paciente.

Siga diligentemente toda instrucción del personal sanitario, en particular, cuando se le indique que abandone la habitación cuando se pase consulta, se vayan a realizar curas, pruebas diagnósticas, o labores de mantenimiento.

Dina I. Peirona

© 2006 laenfermeria.es

<http://www.laenfermeria.es>