

*Si tiene alguna pregunta, hable con su médico o enfermero.*

## Guía de Cirugía Ginecológica

Este folleto les dará a usted y a su familia una descripción general de qué sucederá y lo que debe hacer antes y después de su cirugía ginecológica.

Su cirujano (el médico que realizará la cirugía) hablará más con usted sobre su cirugía específica. Su equipo de atención médica seguirá prácticas de tratamiento que han sido estudiadas y probadas para ayudarla a recuperarse de forma más segura y rápida. Usted es el miembro más importante de este equipo. Como colaboradores en este programa, le enseñaremos lo que puede hacer para recuperarse más rápido. Al ayudarla a aprender cómo tomar un papel activo en su atención, podemos ayudarla con una recuperación feliz, saludable y rápida.

### Antes de la cirugía

Su médico puede pedirle que haga una cita en la Clínica preoperatoria (Pre-Op) (312.926.4566) de Northwestern Memorial Hospital. Esta visita se debe programar de 4 a 30 días antes de la cirugía. Incluye educación sobre su cirugía y una evaluación previa a la cirugía y enfocada en la anestesia. También puede ver a su propio médico de atención primaria para realizarse una evaluación preoperatoria. Si decide ver a su propio médico de atención primaria, llame a la clínica preoperatoria después de esa visita. La clínica preoperatoria le dará información importante sobre su cirugía y cualquier análisis de sangre que pudiera necesitar en el mismo hospital que su cirugía.

Para obtener más información, visite [nm.org](http://nm.org) > Patients and Visitors (Pacientes y visitantes) > I am Having Surgery (Me realizaré una cirugía). También puede ver el video "Preventing Complications After Surgery" (Cómo prevenir complicaciones después de la cirugía) en este sitio.

### Una semana antes de su cirugía

Deje de tomar los siguientes medicamentos 7 días antes de su cirugía:

- Aspirina (no deje tomar aspirina si tiene stent coronarios, enfermedad de las arterias coronarias o si alguna vez tuvo un derrame cerebral o TIA por sus siglas en inglés).
- Medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (NSAIDs, por sus siglas en inglés) como ibuprofeno, Motrin® o Aleve®
- Vitaminas y suplementos a base de hierbas

Si toma medicamentos diariamente, pregúntele al médico que expide sus recetas si debe dejar de tomarlos o seguir haciéndolo el día de la cirugía.

## Un día antes de su cirugía

### ***Llamada telefónica preoperatoria***

El día antes de su cirugía (o el viernes si su cirugía será un lunes), recibirá una llamada preoperatoria para recordarle todos los pasos necesarios antes de la cirugía. Esta llamada tendrá lugar entre las 2:30 pm y las 6:00 pm **Si no recibe la llamada antes de las 6 pm, llame al 312.472.0610 para confirmar su llegada el día siguiente.**

### ***Dieta preoperatoria***

Le recomendamos aumentar los carbohidratos en su dieta de 1 a 2 días antes de su cirugía. Eso ayudará a su cuerpo a tener la energía necesaria para la cirugía y la recuperación. Los alimentos que son buenas fuentes de carbohidratos incluyen:

- Pasta
- Frijoles y lentejas
- Arroz
- Leche
- Cereales
- Fruta
- Pan

Si es diabética, hable con su médico sobre su dieta.

Al acostarse, la noche anterior a la cirugía:

- Deje de ingerir alimentos sólidos.
- Beba 32 onzas (4 tazas) de Gatorade. Las personas diabéticas deben beber Gatorade con bajo contenido de azúcar (G2).

### ***Cómo preparar la piel para la cirugía***

Puede ayudar a prevenir una infección después de la cirugía. Lave cuidadosamente la piel antes de la cirugía para reducir la cantidad de gérmenes. Deberá ducharse con un jabón especial llamado gluconato de clorhexidina (CHGs, por sus siglas en inglés). Un nombre de marca común para este jabón es Hibiclens®, pero cualquier marca de CHG está bien. El jabón puede venir en forma líquida o de aplicador con cepillo. Cualquier forma está bien. No utilice este jabón si es alérgica al CHG.

Siga estas instrucciones para asegurarse de que la piel esté limpia antes de la cirugía. Dúchese o báñese con CHG dos veces antes de la cirugía, la primera vez la noche anterior a la cirugía y la segunda la mañana de la cirugía. No afeite el área del cuerpo en la que se realizará la cirugía.

Instrucciones:

1. Con cada ducha o baño, lávese el cabello como siempre con su champú normal.
2. Enjuáguese el cabello y el cuerpo después del champú para eliminar los residuos.
3. Luego aplíquese el jabón de CHG en todo el cuerpo solo del cuello hacia abajo.  
**No use CHG cerca de los ojos u oídos para evitar lesiones permanentes en esas áreas.** Lávese bien, prestando especial atención al área en la que se realizará la cirugía, incluido el ombligo.
4. Cierre el grifo para no enjuagar el jabón antes de tiempo. Lávese el cuerpo suavemente durante **5 minutos**. No refriegue la piel con mucha fuerza. No se lave el cuerpo con jabón regular después de usar CHG.

5. Vuelva a abrir el grifo y enjuáguese bien el cuerpo.
6. Séquese con golpecitos con una toalla limpia y suave.

### ***Preparación intestinal***

Su médico le dará instrucciones sobre su preparación intestinal antes de la cirugía si la necesita.

## **El día de la cirugía**

### ***Dieta y medicamentos***

No ingiera alimentos sólidos.

3 horas antes de llegar al hospital:

- Beba 8 onzas (1 taza) de Gatorade o Gatorade G2.
- Con el Gatorade, tome acetaminofén (Tylenol®) 500 mg e se le recetará gabapentina solo si es menor de 65 años. Si no le han recetado ni ha tomado estos medicamentos antes de llegar al hospital, se le pueden administrar después de que se haya registrado.
- En este momento, puede tomar sus medicamentos diarios según las instrucciones de su médico.
- Después de esto, no coma ni beba nada.

Si va a realizarse una histerectomía, su médico le pedirá que tome fenazopiridina (AZO®, Pyridium®) alrededor de 2 semanas antes de llegar a la cirugía con un sorbo de agua. Puede comprar este medicamento de venta libre como un comprimido de 95 mg o puede recibir una receta para una dosis más alta de 100 a 200 mg. Hará que su orina se vuelva de color naranja.

### ***Preparación para la cirugía***

Antes de llegar al hospital, recuerde lo siguiente:

- Tome el segundo baño o ducha con CHG según lo indicado.
- No se afeite ni marque la piel cerca del sitio quirúrgico.
- No use maquillaje.
- Quítese todas las joyas, incluso perforaciones corporales. Deje las joyas en casa.
- Use ropa suelta y cómoda.

Todas las pacientes deben tener a un adulto competente de 18 años o más que las acompañe a casa después de la cirugía. Pídale a alguien que la lleve a casa.

### ***A su llegada***

Su cirugía se realizará en Prentice Pavilion, 250 East Superior Street. Llegue a la hora indicada y diríjase a la recepción del 6° piso.

Llegue a tiempo. Se hace todo lo posible para asegurar que su cirugía comience a la hora programada. Sin embargo, su cirugía puede retrasarse debido a una emergencia en el hospital o casos previos que pudieran demorar más de lo esperado.

### ***Área preoperatoria***

Una enfermera la llevará al área preoperatoria y completará con usted una lista de verificación. Luego, se le pedirá que se ponga una bata hospitalaria. La enfermera puede darle medias elásticas ajustadas para que las use. Las medias ayudarán a su circulación y evitarán que se formen coágulos de sangre. Debe usarlas durante su estadía. Es posible que también se le administre un anticoagulante para evitar la formación de coágulos de sangre. Se le colocará una vía intravenosa en la mano o el brazo para que pueda recibir líquidos y medicamentos durante la cirugía. Se reunirá con un anestesista (el médico que administrará su anestesia) y otros miembros del equipo quirúrgico quienes responderán sus preguntas y le pedirán que firme formularios de consentimiento.

### **Durante la cirugía**

Estará bajo los efectos de la anestesia y no sentirá dolor durante la cirugía.

### ***Interlocutor de la familia***

También es útil nombrar a un interlocutor de la familia que pueda actualizar a sus familiares y amigos sobre su estado después de la cirugía. No podemos compartir información médica sobre usted por teléfono con personas externas.

### ***Sala de espera***

Sus familiares o amigos pueden esperar en la sala de espera quirúrgica del quirófano. Limite la cantidad de personas que vengan con usted. Una pantalla de video mostrará el estado de su cirugía con un número codificado. Los voluntarios en el mostrador pueden proporcionar actualizaciones. Su familia puede visitarla cuando esté en su habitación del hospital.

### **Después de la cirugía**

#### ***Área de recuperación***

Después de la cirugía, se despertará en la Unidad de cuidados posanestesia (PACU). Su enfermera revisará frecuentemente su presión arterial, su pulso y la incisión. La enfermera evaluará su dolor y se asegurará de que esté cómoda. Estará allí durante varias horas hasta que esté completamente despierta. No se permiten visitantes en la PACU hasta aproximadamente 2 horas después de que se complete la cirugía.

Usted puede tener:

- Una máscara de oxígeno en el rostro
- Una vía intravenosa que le administre líquidos y medicamentos
- Un catéter urinario (sonda) que drene la orina de la vejiga

Cuando esté lista, irá a su habitación. Los visitantes no pueden permanecer en la PACU. Su familia puede visitarla cuando esté en su habitación del hospital, que por lo general es de 1 a 3 horas después de finalizada la cirugía.

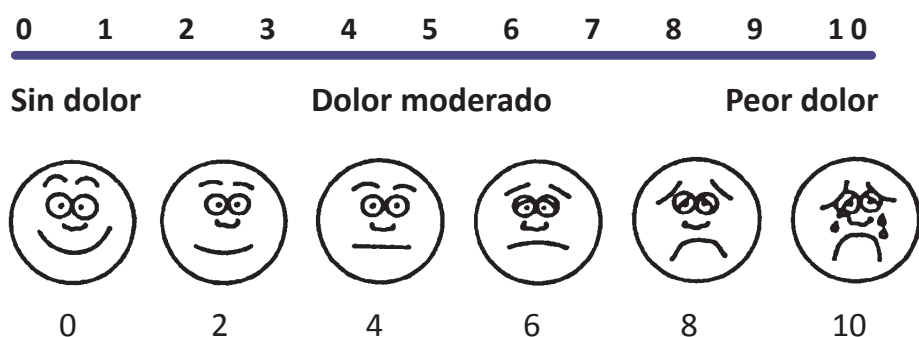
## Control del dolor

Trabajaremos con usted para ayudarla a controlar su malestar después de la cirugía. Cuando su dolor esté bajo control, podrá recuperarse mejor si:

- Respira profundo para evitar problemas en los pulmones
- Se levanta de la cama
- Se alimenta mejor
- Duerme bien
- Hace lo que sea importante para usted

Aunque ningún medicamento elimina por completo el dolor, nuestro objetivo es manejar su dolor y mantenerla cómoda mientras se recupera. Su enfermera le pedirá que describa su dolor usando una escala del 0 al 10. 0 significa que no tiene dolor y 10 es el peor dolor que puede imaginar.

Queremos que su dolor esté por debajo de 4 (de 10).



Es posible que reciba medicamentos a través de su vía intravenosa o por la boca para ayudar a controlar su malestar. Es posible que algunos medicamentos se administren simultáneamente; pueden administrarse otros según la necesidad. Díganos si siente dolor que no puede controlar y la ayudaremos.

## Recuperación en el hospital después de su cirugía

Usted es un miembro de su equipo de recuperación. Caminar, respirar profundo, toser, voltearse, son algunas de las acciones que puede hacer para ayudarse. Seguir estos objetivos:

- Acelerará su recuperación
- Mejorará la circulación
- Promoverá la sanación
- Mejorará la función intestinal
- Prevenirá complicaciones

Estará lista para irse a casa cuando haya alcanzado los siguientes objetivos:

- Su dolor se controle únicamente con medicamentos orales.
- Pueda caminar sin ayuda.

- Pueda comer una dieta blanda sin sentir náuseas.
- Pueda orinar sola. Si no puede vaciar completamente la vejiga, igual puede irse a casa, pero con un catéter en su lugar y con una bolsa para piernas. Se le darán más instrucciones si fuera necesario.

Su equipo de atención médica decidirá cuándo esté lista para el alta. Antes de irse, su médico y su enfermera revisarán con usted las instrucciones para el alta.

## Recuperación en casa después de su cirugía

La mayoría de las pacientes mejoran cada día después de la cirugía. Gradualmente se sentirá más fuerte y estará más activa. Siga las instrucciones para el alta para ayudar en su recuperación. Es importante que asista a sus consultas de seguimiento con su médico, aun si se siente bien. Si tiene alguna duda o inquietud, siéntase con la libertad de preguntar a su médico o enfermera.

## Dolor

Es común que sienta incomodidad después de la cirugía. Podría tener incomodidad en la herida y dolor muscular. Levantarse y moverse puede ayudar a aliviar la incomodidad. Abraze su incisión con una almohada cuando tosa o estornude.

Su médico le recetará medicamentos para el dolor.

- **Acetaminofén** (Tylenol®): Tome 500 mg cada 6 horas según sea necesario durante 3 días.  
Después de 3 días, tome 500 mg cada 6 horas según sea necesario.
- **Ibuprofeno** (Motrin®): Tome 600 mg cada 6 horas según sea necesario durante 3 días.  
Después de 3 días, tome 600 mg cada 6 horas según sea necesario.
- **Tramadol** (Ultram®): Tome de 50 a 100 mg cada 6 horas según sea necesario para el dolor intenso.
- **Oxicodona**: Tome de 5 mg cada 4 horas según sea necesario para el dolor intenso persistente (opcional).

Tome el medicamento para el dolor según las instrucciones. Algunos medicamentos pueden provocarle malestar estomacal. Para prevenir náuseas, debe tomar los medicamentos con alimentos.

Llame a su médico si tiene efectos secundarios, como:

- Náuseas que no desaparecen o vómitos
- Dolor de cabeza
- Sarpullido
- Somnolencia
- Mareos
- Estreñimiento, aunque es común no mover el intestino durante varios días

Los medicamentos para el dolor pueden causar estreñimiento. Para ayudar a regularizar sus movimientos intestinales:

- Beba más líquidos
- Coma diariamente granos integrales, frutas y verduras
- Haga ejercicio regularmente (una caminata de 15 minutos es un buen comienzo)
- Tome ablandadores de heces, como Colace® 2 en 1 (docusatos de sodio/senósidos), 2 comprimidos, 2 veces al día

Alguno de sus medicamentos para el dolor puede contener acetaminofén. El acetaminofén puede causar daño hepático si toma demasiado. Asegúrese de leer las etiquetas y hablar con su farmacéutico sobre su medicamento. Si toma Tylenol® (acetaminofén) para el dolor, no tome más de 3,000 mg en 24 horas. Norco® y Tylenol 3® también contienen acetaminofén. Consulte a su médico sobre los límites de 24 horas correctos para usted. Si toma medicamentos narcóticos para el dolor o píldoras para dormir, no beba alcohol. No debe conducir vehículos mientras toma narcóticos.

## Actividad

Lo más importante es usar el sentido común al planificar sus actividades. Si duele, no lo haga. No haga nada hasta el punto de quedar agotada. Descanse si se cansa. Después de procedimientos mínimamente invasivos (como una laparoscopia, histeroscopia, cirugías vaginales y procedimientos robóticos), debe poder levantarse y moverse libremente poco después de la cirugía.

Aumente las actividades gradualmente como se indica:

- Puede subir escaleras, pero intente no cansarse demasiado.
- Evite levantar objetos pesados, no más del equivalente de un galón de leche (alrededor de 10 libras).
- Evite ejercicios o deportes extenuantes durante 2 a 6 semanas.
- No debe conducir durante 24 horas después de recibir anestesia general. Después de eso, no maneje hasta que pueda hacerlo sin malestar y sin tomar medicamentos para el dolor con receta. Esto puede demorar entre 3 y 7 días.
- Puede ducharse y lavarse el cabello.
- No tenga relaciones sexuales, ni se realice duchas vaginales ni use tampones durante 2 semanas. Si tuvo una cirugía vaginal o una histerectomía, es posible que su restricción sea más prolongada (6 semanas o más).

## Cuidado de su incisión

Es importante que mantenga su incisión limpia y seca para prevenir infecciones. Esto ayudará a que su incisión sane. Deje la incisión cubierta durante una semana a menos que se le indique otra cosa o si desarrolla una gran cantidad de líquido o enrojecimiento. Debe usar ropa cómoda holgada. No use vestimentas sucias ni ajustadas sobre la herida. Si tiene cintas de tiras de papel (Steri-Strips®) en la piel sobre su incisión, déjelas hasta que se caigan. Estas tiras dan soporte adicional mientras sana su incisión.

Una vez en casa, puede ducharse y cuidar la incisión como se indica:

- Lávese siempre las manos, antes y después de tocar la herida.
- Puede dejar correr agua con jabón sobre la incisión.
- Enjuague bien.
- Seque dando golpecitos con una toalla limpia, en lugar de refregarse. Puede usar un secador de cabello en calor bajo para secar las incisiones.
- No sumerja las incisiones en una bañera hasta que se le indique que puede hacerlo.
- 2 días después de la cirugía, vuelva a lavar la incisión con GCH todos los días. Siga durante 2 semanas.

*Nota:* si no tiene cinta de papel u otro vendaje sobre la incisión, es posible que se haya usado Dermabond®. En ese caso, no es necesario que se lave con GCH después de la cirugía. Consulte a su médico si no está segura.

- No use lociones, crema o ungüentos sobre la herida a menos que su médico los haya indicado.

## Dieta

Puede comer y beber según lo tolere. Comience con moderación, con líquidos claros, sopas o caldo y galletas saladas, antes de pasar a alimentos sólidos.

Si tiene estreñimiento, aumente las fibras y los líquidos. Si lo necesita, puede comprar un ablandador de heces (como Surfak®, Colace® o un equivalente genérico) y tomarlo por la boca como se le indique. Es común que los medicamentos para el dolor narcóticos provoquen estreñimiento. La mayoría de las pacientes no defecan sino hasta 6 días después de la cirugía. Si no defeca, puede usar Miralax®, Milk of Magnesia® o Senokot®. No use Correctol® ni Ex-Lax®.

## Visita de seguimiento

La mayoría de las pacientes regresan para su revisión posoperatoria entre 1 y 2 semanas después del procedimiento. Si no se ha programado su cita, llame al consultorio de su médico. Indíqueles la fecha de la cirugía, qué procedimiento se realizó y ellos la programarán para usted.

## Cuándo debe llamar a su médico

Notifique a su médico si nota alguno de las siguientes señales:

- Temperatura de más de 100.2 grados F, escalofríos o sudoración
- Drenaje o fluido desde la incisión que continúa o tiene mal olor
- Aumento de la sensibilidad o dolor en la herida
- Bordes de las heridas que están abiertos
- Enrojecimiento o hinchazón en el lugar de la herida
- Sangrado vaginal más intenso que un período o secreciones con mal olor



- Si la fuerza de la corriente urinaria parece ser menos de la mitad de lo que es normal para usted o si tiene frecuencia urinaria o urgencia, dolor o ardor al orinar, o dificultad para vaciar la vejiga, durante 4 horas o más.
- Dolor fuerte que no desaparece con el medicamento para el dolor
- Dolor en el pecho, falta de aliento o mareos
- Dolor en las pantorrillas o piernas
- Náuseas o vómitos que no mejoran
- Incapacidad para beber líquidos o retener líquidos
- Si alguno de estos síntomas empeora con el tiempo
- Si no se siente bien, o simplemente no está segura de si sus síntomas son normales

### **Información de contacto**

Puede comunicarse con su médico las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

- Durante el horario de atención (de 8 am a 5 pm de lunes a viernes), pregunte por el equipo de enfermería de su cirujano
- Los mensajes que no sean de emergencia, como solicitudes de papeleo, pueden enviarse a través del expediente médico electrónico del médico (como MyChart, Greenway o eClinicalWorks). Los mensajes electrónicos pueden demorar hasta 2 días hábiles antes de que usted reciba una respuesta y se utilizan únicamente para mensajes que no son urgentes.
- Para problemas urgentes fuera del horario de atención, un servicio de respuesta recibirá su llamada.
- En caso de emergencia, llame al 911.