



**Hospital Big Rapids**  
605 Oak Street  
Big Rapids, MI 49307

**Hospital Blodgett**  
1840 Wealthy Street SE  
Grand Rapids, MI 49506

**Hospital Butterworth**  
100 Michigan Street NE  
Grand Rapids, MI 49503

**Centro Quirúrgico Lake Drive**  
4069 Lake Drive SE  
Grand Rapids, MI 49546

**Hospital Reed City**  
300 North Patterson  
Reed City, MI 49677

**Centro Quirúrgico del Pabellón Sur**  
80 68th Street SE  
Grand Rapids, MI 49548

**Centro Quirúrgico Hendrik & Gezina Meijer del Hospital United**  
615 S. Bower  
Greenville, MI 48838

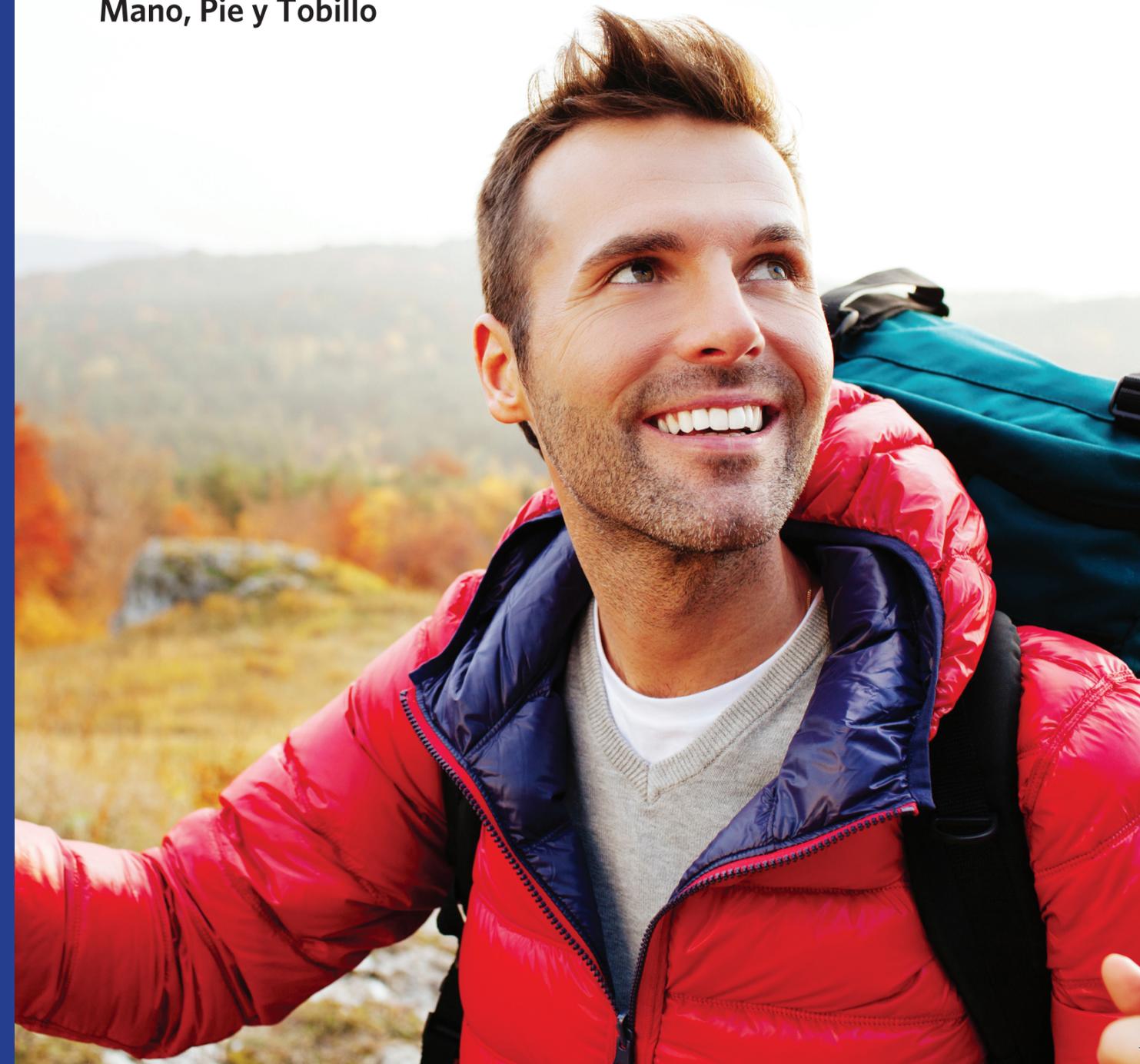
[spectrumhealth.org](http://spectrumhealth.org)



# Cirugía Ortopédica

## Manual del Paciente

**Ortopedia General, Medicina del Deporte,  
Mano, Pie y Tobillo**



## Su experiencia quirúrgica

Gracias por elegir a Spectrum Health para su cirugía ambulatoria. Su equipo de atención médica está aquí para asegurarse de que su experiencia quirúrgica sea excepcional. Desde el consultorio de su cirujano hasta su recuperación y rehabilitación, su equipo médico trabajará conjuntamente con usted y su familia a cada paso del camino.

Este manual le servirá de guía durante su experiencia quirúrgica. Queremos que siempre tenga toda la información necesaria y que participe activamente en el proceso. Se le pedirá que consulte este manual frecuentemente; téngalo siempre a mano. Por favor, no dude en hacer preguntas a su equipo médico en cualquier momento que lo desee.

*MyAccess. MyLife. **MyHealth**.*

Con una cuenta electrónica segura de MyHealth, es fácil:

- renovar recetas y hacer seguimiento de su información médica
- pedir citas
- verificar resultados

desde su computadora, tableta o teléfono inteligente.

Active su cuenta en segundosW.

[myhealth.spectrumhealth.org](https://myhealth.spectrumhealth.org)





## Fisioterapia

Muchos pacientes reciben algún tipo de fisioterapia y/o ergoterapia. Muchos de ellos pueden hacerla en casa, mediante ejercicios indicados por el cirujano. Su equipo de atención médica le dirá cuándo debe comenzar a hacer ejercicios.

Es posible que su cirujano le diga que usted necesita fisioterapia y/o ergoterapia ambulatoria. Un fisioterapeuta, junto con el cirujano, le hará el plan terapéutico apropiado para usted.

### **La fisioterapia y/o la ergoterapia son parte fundamental de su recuperación.**

Spectrum Health cuenta con un excelente departamento de fisioterapia y ergoterapia, con una amplia gama de servicios necesarios para satisfacer sus necesidades posteriores a la cirugía y proporcionarle una transición fluida hacia su recuperación continua. Spectrum Health ofrece servicios en muchos centros de terapia del área metropolitana de Grand Rapids y áreas regionales.

Para localizar un centro en su área y hacer una cita, llame al 616.267.2626 o sin cargo al 877.495.2626.

## Contenido

### **Sección A | Preparación para la cirugía**

Evaluaciones médicas	5
Buena nutrición	6
Medicamentos y suplementos	7
Cómo prepararse para la recuperación en casa	8
Equipamiento médico	9
Contactos del centro quirúrgico previos a la admisión	11
Costo de la cirugía	12
Directiva médica anticipada	12

### **Sección B | El día de la cirugía**

Antes de salir de su casa	13
Al llegar para la cirugía	14
Servicios de anestesia	16
Tratamiento del dolor	17

### **Sección C | La recuperación en casa**

Los cuidados en casa después de la cirugía	19
Cuándo llamar a su cirujano	21
Fisioterapia	22

## Qué hacer antes de la cirugía

	Fecha programada	Ver página
<b>4 semanas antes de la cirugía</b>		
<input type="checkbox"/> Programe sus evaluaciones preoperatorias con su médico de atención primaria o médico especialista, para 15 a 30 días antes de la cirugía, según lo indique su cirujano.	_____	5
<input type="checkbox"/> Hágase los análisis de sangre u otros estudios que se le pidan.	_____	5
<input type="checkbox"/> Obtenga instrucciones de medicación de su médico de atención primaria o médico especialista.	_____	7
<input type="checkbox"/> Deje de fumar.		
<b>2 a 3 semanas antes de la cirugía</b>		
<input type="checkbox"/> Beba menos alcohol.	_____	7
<input type="checkbox"/> Planifique que un adulto responsable, de más de 18 años:	_____	8
▪ lo lleve al centro quirúrgico,		
▪ permanezca en el centro quirúrgico durante su cirugía y hable con el cirujano,		
▪ lo lleve de regreso a casa después de la cirugía.		
<input type="checkbox"/> Comience las preparaciones en su hogar.	_____	8
<input type="checkbox"/> Pida el equipamiento médico que pueda necesitar después de la cirugía.	_____	9
<b>1 semana antes de la cirugía</b>		
<input type="checkbox"/> Esté listo para la llamada de prerregistro.	_____	11
<input type="checkbox"/> Esté listo para la llamada de planificación previa al procedimiento.	_____	11
<input type="checkbox"/> Verifique lo que debe llevar consigo al centro quirúrgico.	_____	13

### El día antes de su cirugía

Siga las instrucciones que su médico o enfermera le dieron con respecto a cuándo dejar de comer.

Si se le dice que puede beber líquidos claros hasta 2 horas antes de la cirugía, estos incluyen:

- Agua
- Jell-O® sin fruta ni agregados
- Refrescos (ginger ale, Sprite®, 7UP®, colas)
- Pedialyte®
- Jugo de manzana, uva o arándano
- Café o té (sin crema ni azúcar)
- Bebidas deportivas

Si usted no sigue las instrucciones indicadas anteriormente o aquellas que su médico le dio, o si llega tarde, es posible que se cancele su cirugía.

## Cuándo llamar a su cirujano

### Llame a su cirujano si usted:

- Tiene escalofríos o una temperatura de 101 grados o más.
- Tiene dolor que empeora o que no desaparece con sus medicamentos calmantes.
- Tiene enrojecimiento, hinchazón o supuración proveniente de la incisión o del área de la vía intravenosa (IV).
- Tiene sangrado o supuración en exceso a través del vendaje.
- Tiene gran hinchazón y/o dolor en la pierna o la pantorrilla. Esto puede ser una señal de flebotrombosis profunda (coágulo de sangre).
- No ha defecado en 3 días.
- Tiene náuseas intensas.
- Tiene el área de la cirugía de color azul o fría al tacto.
- Tiene supuración proveniente de la herida aún después de 7 días.

### Llame al 911 si usted:

- Tiene dolor repentino de pecho o falta de aire.
- Repentinamente tiene parálisis facial, debilidad o adormecimiento en 1 lado de su cuerpo.
- Repentinamente tiene cambios en la visión, problemas para hablar o dolor de cabeza intenso.

# Sección A | Preparación para la cirugía

## Evaluaciones médicas

Su cirujano le dirá si usted necesita alguno de los siguientes análisis o evaluaciones antes de su cirugía. Lo que usted necesite dependerá de su estado general de salud y del tipo de procedimiento que se le vaya a hacer.

**Evaluaciones** Estas pueden ser necesarias para obtener una historia clínica completa o para autorizar su cirugía. Si necesita una evaluación, esta deberá ser finalizada dentro de los 30 días previos a la cirugía.

\_\_\_\_\_ Médico de atención primaria

\_\_\_\_\_ Cardiólogo

\_\_\_\_\_ Neumólogo

\_\_\_\_\_ A1c (si tiene diabetes) dentro de los 90 días.

\_\_\_\_\_ No se necesitan evaluaciones

**Análisis** Los análisis de sangre y otros análisis de laboratorio pueden ser completados cuando se le haga la evaluación.

\_\_\_\_\_ Hemograma completo (*Complete Blood Count, CBC*)

\_\_\_\_\_ Panel metabólico global (*Comprehensive Metabolic Panel, CMP*)

\_\_\_\_\_ Tiempo de protrombina / Tiempo parcial de tromboplastina (*Prothrombin Time/Partial Thromboplastin Time, PT/PTT*)

\_\_\_\_\_ Urianálisis (UA)

\_\_\_\_\_ Electrocardiograma (EKG)

\_\_\_\_\_ Otros \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ No se necesitan análisis.

■ **Clínica del dolor:** Si usted está en tratamiento con un especialista del dolor, hable con él antes de la cirugía para saber cómo tratar su dolor después de la cirugía.

■ **Dentista:** Si usted tiene algún problema dental, debe solucionarlo antes de la cirugía para reducir la probabilidad de infección o de daño a los dientes durante la anestesia. Durante los primeros meses posteriores a la cirugía, evite todo tratamiento dental de rutina.

## Medicación

- Medicamentos habituales - Usted podrá continuar con la mayoría de sus medicamentos habituales después de la cirugía. Pregunte a su cirujano cuándo hacerlo.
- Medicación para el dolor - Tome su medicación para el dolor sistemáticamente y antes de que su dolor se intensifique. Si lo que se le ha recetado no le funciona bien, por favor póngase en contacto con el consultorio de su cirujano.
- Suavizantes de materia fecal - La inactividad y los medicamentos para el dolor pueden causar estreñimiento. Los suavizantes pueden comprarse sin receta en cualquier farmacia local.

## Duchas

- Hable con su cirujano acerca de cuándo puede comenzar a tomar duchas.
- Sus vendas deben permanecer limpias y secas.

Usted no debe sumergirse en una piscina, un jacuzzi, un lago o un río hasta que su incisión haya sanado completamente. Este proceso toma aproximadamente 3 semanas. Sumergirse en agua puede aumentar el riesgo de que la herida se abra o se infecte.

## Conducir

Usted no debe conducir un automóvil hasta que su cirujano le diga que usted ya está listo y haya pasado 24 horas sin medicación recetada para el dolor. Consulte con su aseguradora para ver si le está permitido conducir un automóvil con una escayola, una férula o equipamiento médico durable. Lleva tiempo recuperar la fuerza muscular necesaria para conducir sin riesgos. La medicación para el dolor puede retardar su tiempo de reacción, creando un mayor riesgo de accidentes. Si usted viaja como pasajero por más de 1-2 horas, deben hacer una pausa en el recorrido para que usted camine por 5-10 minutos y así aumente su flujo de sangre.

Una vez que llegue a casa, no es poco común que pueda sentirse mareado, aturdido y con náuseas o sin apetito. Puede anticipar tener un dolor tolerable.

## Buena nutrición

Una dieta saludable, con buenos nutrientes, antes y después de la cirugía, puede ayudarle a sanar. Antes de comer, piense en lo que pone en su plato.<sup>1</sup>

### Ocupe la mitad del plato con frutas y verduras.

- Concéntrese en las frutas. Éstas pueden ser frescas, enlatadas, congeladas o secas.
- Coma una variedad de verduras, de color rojo, naranja y verde oscuro.

### La mitad del cereal que usted consume debe ser integral.

- Elija cereales, panes, galletas, arroz y pasta 100% integrales.
- Verifique los ingredientes listados en los envases para determinar qué alimentos contienen cereales integrales.

### Consuma proteínas con poca grasa.

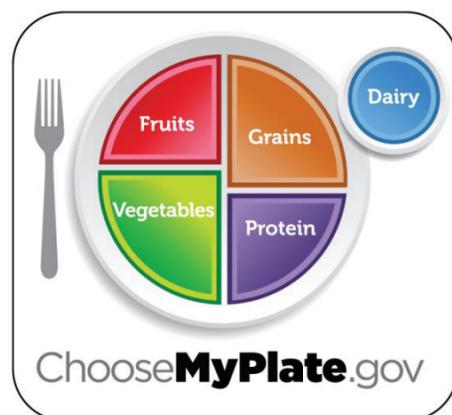
- Elija carne magra de vaca y ave.
- Prepárela al horno, asada al fuego directo o a la parrilla.
- Varíe sus proteínas, comiendo una mayor cantidad de pescado, frijoles, arvejas / chícharos, frutos secos [por ejemplo, nueces] y semillas.

### Consuma alimentos con alto contenido de calcio.

- Consuma leche y productos lácteos sin grasa o con bajo contenido de grasa. Tienen la misma cantidad de calcio y otros nutrientes esenciales de la leche entera, con menos grasa y calorías.
- Como alternativa a los productos lácteos, puede consumir productos de soya enriquecidos con calcio.

### Reduzca los alimentos con alto contenido de grasas sólidas y cantidades adicionales de azúcar y sal.

- Elija comidas y bebidas con mínima cantidad de azúcar adicional o sin ella.
- Fíjese en el contenido de sal (sodio) en los alimentos que compre.
- Condimente con aderezos y hierbas, en vez de agregar sal.
- Al preparar sus alimentos, use aceites en vez de grasas sólidas.
- Consuma sólo ocasionalmente (no a diario) alimentos con alto contenido de grasas saturadas, como pasteles, galletas dulces, helado, pizza, queso, *hot dogs*



## Sección C | La recuperación en casa

### Los cuidados en casa después de la cirugía

Antes de que se le dé el alta, su equipo de atención médica le entregará instrucciones que usted deberá seguir en casa.

#### Tos y respiración profunda

No poder moverse tanto como de costumbre y estar en tratamiento con medicación puede dificultarle la expansión de los pulmones y la expulsión del líquido en ellos. Esto lo pone en riesgo de contraer pulmonía. Al toser intencionalmente y respirar profundamente, usted disminuye este riesgo. Un buen objetivo es toser y respirar profundamente 10 veces por hora mientras esté despierto.

#### Ejercicios de pies

A fin de prevenir coágulos de sangre, es importante bombear los tobillos 10 veces por hora mientras esté despierto. Esto significa simplemente que usted debe flexionar su pie hacia arriba y hacia abajo, a la altura del tobillo. Al hacerlo, los músculos de la pantorrilla se contraen, bombeando sangre por las venas.

#### Dieta

La mayoría de las personas pueden ingerir comidas relativamente normales el día de la cirugía. Elija alimentos que tengan mucha fibra y beba mucho líquido (6-8 vasos de agua por día) para evitar el estreñimiento. No se alarme si su apetito no es normal durante las dos primeras semanas después de la cirugía. Evite fumar y consumir productos de tabaco.

#### El cuidado de la piel

La inmovilidad puede producir escaras, especialmente en áreas de presión (por ejemplo, cóccix, talones, codos). Cambiar de posición cada 2 horas puede ayudar a aliviar esos puntos de presión. Hable con su equipo de atención médica acerca de cómo cuidar de sus vendas.

#### Ciclo de actividad

Alterne periodos de actividad con periodos de descanso a lo largo del día. Ambos son importantes para su recuperación. Evite levantar o cargar objetos pesados.

#### Elevación

Si el médico o la enfermera se lo indican, mantenga por encima del nivel de su corazón la extremidad que fue operada para reducir el dolor y la inflamación.

<sup>1</sup> Dietary Guidelines for Americans 2010 ([www.dietaryguidelines.gov](http://www.dietaryguidelines.gov)); USDA publication ([www.ChooseMyPlate.gov](http://www.ChooseMyPlate.gov))

## Métodos

**Bloqueo de nervios** - Consiste en una inyección de anestésico local, cerca de ciertos nervios, que se aplica para reducir el dolor en una parte específica del cuerpo durante la cirugía y después de ella. Usted puede recibir un bloqueo de nervios además de la anestesia, para ayudar a controlar el dolor posterior a la cirugía, dependiendo del tipo de cirugía que se le haga.

Si su equipo de atención médica le recomienda un bloqueo de nervios, éste se le puede administrar en una sola inyección o a través de una bomba de analgesia.

**Bomba de analgesia ON-Q®** - Consiste en una bomba similar a un globo, llena de medicación para el dolor. Bloquea el dolor en el área de la cirugía, proporcionando al paciente un mejor alivio que el que se logra tomando sólo medicación opiácea. La bomba se sujeta a un catéter colocado cerca del área de la cirugía. Dicha bomba está programada para administrar medicación muy lentamente.

**Unidad TENS** - Su cirujano puede recomendarle una unidad TENS para el control del dolor y/o fortalecimiento muscular. TENS es la sigla de *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (electroestimulación nerviosa transcutánea). Este método consiste en la colocación de electrodos que se adhieren a la piel en el área del dolor. Al encender la unidad TENS, la piel y los tejidos inmediatamente debajo de ella reciben, mediante estos electrodos, una ligera corriente eléctrica.



Si su cirujano le recomienda este método de control del dolor, un especialista en unidades TENS hablará con usted y le dará más detalles acerca de este dispositivo y su funcionamiento.

**Refrigerador con criomanguito** - Su cirujano puede recomendarle el refrigerador con criomanguito, dependiendo del tipo de cirugía que se le haya hecho. Este dispositivo proporciona compresión y terapia refrigerante para mantener la hinchazón bajo control y ayudar a reducir el dolor.



### Métodos para tratar el dolor en casa sin medicación:

- Eleve el área donde se le hizo la cirugía.
- Use compresas frías sobre el área donde se le hizo la cirugía.
- Cambie frecuentemente de posición.
- Relájese respirando profundamente, escuchando música o meditando.



## Medicamentos y suplementos

### Medicamentos recetados de ingesta diaria

Verifique sus medicamentos con su médico de atención primaria o su especialista. Es posible que usted deba modificar o interrumpir algunos medicamentos antes de la cirugía. Su médico decidirá lo que sea más adecuado para usted y le dará instrucciones específicas. La medicación que su médico posiblemente modifique antes de la cirugía incluye lo siguiente:

- Anticoagulantes
- Fármacos para la artritis (aspirina, antiinflamatorios no-esteroides [NSAIDs], etc.)
- Medicación para la diabetes
- Medicación para el dolor
- Fármacos que afectan el sistema inmunitario
- Algunas hormonas

La enfermera encargada de hacerle la evaluación telefónica prequirúrgica hablará con usted acerca de su medicación y le dirá qué deberá tomar la mañana de su cirugía.

### Medicamentos de venta libre

- La aspirina, el ibuprofeno (Motrin®, Advil®) y el naproxeno (Aleve®) pueden prevenir la coagulación de la sangre y deben ser suspendidos 1 semana antes de la cirugía, a menos que su médico de atención primaria le indique otra cosa.
- El paracetamol (*acetaminophen* - por ejemplo, Tylenol®) se puede tomar hasta el día de la cirugía, siempre que sea menos de 4000 miligramos por día.
- Un multivitamínico con hierro, como así también calcio y vitamina D, pueden tomarse sin riesgo hasta la cirugía.

### Suplementos herbales y vitamínicos

Recomendamos interrumpir, por lo menos 1 semana antes de la cirugía, la ingesta de todos los suplementos herbales, productos dietéticos y otras sustancias de venta libre usadas con fines medicinales. Pueden causar serias interacciones con los anticoagulantes o los anestésicos. Esto también incluye bebidas energéticas, barras energéticas y toda medicación para bajar de peso que pueda estar tomando.

Ejemplos de estas sustancias incluyen: hipérico o hierba de San Juan (*St. John's wort*), glucosamina - condroitina (*glucosamine / chondroitin*), árbol de los cuarenta escudos (*gingko biloba*), ginseng, coenzima Q10, vitamina E, SAM-e, aceite de pescado, linaza y muchos otros.

### Consumo de nicotina y alcohol

Le recomendamos que limite el consumo de alcohol 2-3 semanas antes de la cirugía. También le recomendamos que deje de fumar por lo menos 4 semanas antes de la cirugía. Esto incluye tabaco inhalable y masticable, cigarrillos electrónicos y vapor. Dejar de fumar ayuda a la recuperación y disminuye el riesgo de infección, problemas de curación de heridas, cirugía de fusión no exitosa y complicaciones respiratorias. Hable con su médico de atención primaria acerca de las maneras de hacerlo.

**Nota:** Si usted no está seguro de si debe suspender o modificar su medicación antes de la cirugía, hable con el médico que se la recetó.

## Cómo prepararse para la recuperación en casa

Hay muchas cosas que usted puede hacer antes de la cirugía para preparar su posterior recuperación en casa. Durante la recuperación, es posible que usted tenga restricciones en su manera de moverse. Considere las tareas diarias y cómo hacerlas de manera diferente.

- Planifique cómo hacer para no tener que subir y bajar escaleras, si es necesario.
- Coloque las cosas que usa frecuentemente a alturas donde las pueda alcanzar sin tener que agacharse o estirarse.
- Prepare o compre comidas en pequeñas porciones y almacénelas para consumo posterior.
- Prepare de antemano un área para sentarse, con las cosas que usted necesitará:
  - mesa cerca de su silla,
  - controles remotos y teléfono a mano.
- Despeje las áreas por donde camina, para no tropezar:
  - retire decorados y alfombras pequeñas,
  - mueva los cables eléctricos.
- Es posible que usted deba permanecer en una posición específica por tiempo indeterminado, a fin de recuperarse.

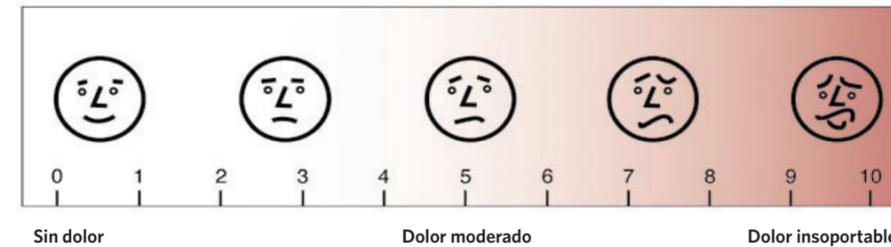
Elija un ayudante a medida que se prepara para la cirugía. Usted lo necesitará más durante los primeros días posteriores a la cirugía, para cosas tales como cuidados personales, transporte, compras, cuidado de niños, cuidado de mascotas o tareas domésticas livianas. Esa persona debe cumplir con los requisitos que se indican a continuación:

- **Estar disponible.** Para su seguridad, alguien debe estar con usted por las primeras 48 horas después de la cirugía, mientras usted se adapta a su entorno y a cualquier limitación en su actividad.
- **Ser físicamente capaz de ayudarlo.** Usted puede necesitar ayuda para acostarse en o levantarse de la cama, para sentarse y pararse y para entrar o salir del automóvil durante los primeros días posteriores a la cirugía.
- **Estar dispuesto a ayudarlo con sus necesidades personales.** Usted puede necesitar ayuda para bañarse, ir al baño o vestirse, especialmente durante los primeros días después de la cirugía.

## Tratamiento del dolor

Existe una variedad de medicamentos y métodos que se usan para controlar el dolor. No todos los pacientes tienen las mismas necesidades en relación con el dolor. El control del dolor comienza cuando usted está en el centro quirúrgico. Es posible que necesite continuar controlando el dolor mientras se recupera en casa.

Una escala del dolor le ayuda a calificar la intensidad de su dolor. En esta escala, 0 significa "sin dolor" y 10 significa "dolor insoportable". Usted puede sentir algo de dolor aun con medicación. Informe a su equipo de atención médica si los medicamentos no reducen su dolor. Asegúrese de avisarles si el dolor aumenta o cambia repentinamente.<sup>2</sup>



**Nota:** Usted deberá llevar las recetas de medicación para el dolor a la farmacia. Lo mejor es hacerlo tan pronto como se le dé el alta. El centro quirúrgico no le entregará la medicación para el dolor que usted debe tomar durante su recuperación en casa.

### Medicamentos

**Medicamentos opiáceos** - Se trata de potentes analgésicos, utilizados para tratar un dolor agudo (de corta duración). Si se utilizan adecuadamente, los opiáceos no conllevan riesgos y pueden ser muy efectivos. Pueden ser administrados por vía intravenosa o en pastillas.

**Medicamentos no opiáceos** - Se trata de medicamentos que se utilizan solos o combinados con opiáceos para alivio del dolor. Algunos ejemplos de medicamentos no opiáceos son ibuprofeno, Aleve® y Tylenol®.

### Durante el tratamiento con medicación para el dolor:

- Anticípese al dolor. Tome su medicación a tiempo. No espere hasta que el dolor sea intenso y esté fuera de control.
- Sólo tome la medicación que su profesional médico le haya indicado.
- Tome la medicación con algo de comida para evitar el malestar estomacal.
- No beba alcohol mientras esté tomando medicación para el dolor.

**Recetas** - Consulte con su médico para ver cuándo puede continuar con sus medicamentos de costumbre.

## Servicios de anestesia

El anestesiólogo es un integrante clave de su equipo quirúrgico. Esta persona le administra los anestésicos (medicamentos que lo hacen sentir cómodo y reducen su capacidad de sensación durante la cirugía) y está pendiente de su condición para mantenerlo a salvo durante la cirugía. Usted recibirá 1 de 3 tipos de anestesia durante su cirugía.<sup>2</sup>

### Anestesia controlada

- Se usa frecuentemente para cirugías cortas y poco invasivas.
- Se administran sedantes (medicamentos relajantes) a través de una línea intravenosa.
- Generalmente se usa un anestésico local para adormecer el área quirúrgica.

### Anestesia regional (a veces llamada bloqueo de nervios)

- Se usa frecuentemente para cirugía de brazos, piernas y abdomen.
- Una región específica del cuerpo se adormece mediante anestésicos que se inyectan cerca de los nervios, cerca de la columna o cerca del área donde se va a hacer la cirugía.
- También se pueden administrar sedantes a través de una línea intravenosa para relajar al paciente.
- En caso de anestesia regional, usted puede optar por permanecer despierto o tener un sueño ligero.

### Anestesia total

- La anestesia total frecuentemente se usa para cirugía mayor.
- Al paciente, que ya está dormido, se le coloca una sonda respiratoria.
- El anestésico es administrado en forma de gas que se respira e inyectado por vía intravenosa.
- El paciente está dormido, por lo que no siente dolor ni recuerda nada de lo sucedido durante la cirugía.

Los riesgos y las complicaciones de la anestesia dependen de la salud general del paciente. Para un paciente que goza de buena salud, los riesgos son bajos. Los riesgos son más altos para pacientes con diabetes, problemas de corazón o problemas de pulmones. Su anestesiólogo o enfermera anestesista le explicará los riesgos en su caso.

## Equipamiento médico

Dependiendo del tipo de cirugía que se le vaya a hacer, es posible que usted necesite cierto equipamiento médico de apoyo posoperatorio. Los profesionales que lo atiendan le dirán lo que va a necesitar. No todos los pacientes tienen las mismas necesidades. Probablemente tenga que encargar el equipamiento por adelantado en una compañía proveedora de equipamiento médico duradero.

Usted no necesita equipamiento médico

Nece-sitará	Equipamiento	Pida en la compañía proveedora por adelantado	Obtenga del cirujano por adelantado	Recibirá durante la cirugía
	<b>Zapato quirúrgico</b> (zapato posoperatorio) - Un zapato plano y rígido que no se dobla al caminar. Ayuda a evitar la flexión de la parte anterior del pie después de la cirugía.			
	<b>Andador CAM</b> (Bota-escayola para caminar) - Una bota grande que se puede poner y sacar.			
	<b>Férula</b> - Un dispositivo para evitar el movimiento del pie o de otra extremidad inmediatamente después de la cirugía.			
	<b>Cabestrillo</b> - Un dispositivo para evitar el movimiento del brazo o el hombro inmediatamente después de la cirugía.			

<sup>2</sup> © 2000-2014 The StayWell Company, LLC, 780 Township Line Road, Yardley, PA 19067. All rights reserved.

Nece- sitará	Equipamiento de ayuda para amplitud de movimiento	Pida en la compañía proveedora por adelantado	Obtenga del cirujano por adelantado	Recibirá durante la cirugía
	<b>Máquina de movimiento pasivo continuo</b> ( <i>Continuous Passive Motion Machine, CPM</i> ) - Esta máquina es usada para ciertos tipos de cirugía de codo, rodilla y cadera.			
	<b>Órtesis para amplitud total de movimiento</b> ( <i>Total Range of Motion, TROM</i> ) - Esta órtesis proporciona un control de amplitud de movimiento fácil de usar, generalmente en la rodilla.			
	<b>Amplitud de movimiento integrada</b> ( <i>Integrated Range of Motion, IROM</i> ) Órtesis - Se usa para amplitud de movimiento fija o controlada, generalmente en el codo.			
	<b>Órtesis de cadera</b> - Proporciona protección y apoyo inmediatamente después del procedimiento de cadera.			
Nece- sitará	Equipamiento de ayuda para soportar peso	Pida en la compañía proveedora por adelantado	Obtenga del cirujano por adelantado	Recibirá durante la cirugía
	<b>Muleta</b> - Un dispositivo de movilidad que disminuye el peso sobre una de las piernas y ensancha la base de apoyo, para mejorar el equilibrio y la estabilidad. Para su seguridad, la muleta será adaptada a las medidas de su cuerpo y le daremos instrucciones de uso.			
	<b>Caminador</b> - Un dispositivo de movilidad que le proporciona mayor apoyo para mantener el equilibrio o la estabilidad al caminar.			
	<b>Caminador con apoyo de rodilla</b> - Un dispositivo de movilidad con ruedas y manillar (como el de una motoneta). Usted pone la rodilla sobre una superficie blanda, para evitar poner peso sobre el pie o el tobillo en el que se le hizo la cirugía, y se impulsa usando la otra pierna.			

### De la sala de operaciones a recuperación

Cuando la cirugía termine, usted pasará a una sala de recuperación. La recuperación consiste de dos fases. No todos los pacientes pasan por ambas fases. Esto depende de su estado de salud, el tipo de anestesia que se use y su procedimiento quirúrgico.

Su equipo de atención médica está disponible para satisfacer sus necesidades. Hable con su enfermera acerca de cualquier preocupación que usted tenga. Ella hará todo lo posible para que usted se sienta cómodo.

### Qué anticipar:

No es inusual sentir mareos, náuseas o aturdimiento durante cualquiera de las fases de recuperación. Su estadía posoperatoria es variable. La duración de la recuperación dependerá del progreso en su salud.

### Fase 1 - Unidad de atención posanestesia (*Post-anesthesia care unit, PACU*)

- Usted estará en la PACU hasta que haya despertado, sus síntomas hayan sido controlados y esté listo para pasar a una sala posoperatoria.
- Mientras esté allí, será vigilado cuidadosamente por una enfermera y por el anesthesiólogo.
- Le controlarán frecuentemente el pulso, la presión sanguínea y la respiración.

### Fase 2 - Sala posoperatoria

- Su equipo de atención médica estará pendiente de su condición.
- Es posible que se le ofrezca una comida liviana o un bocadillo.
- Su equipo de atención médica repasará sus instrucciones de alta con usted y el adulto responsable que lo haya acompañado. Las instrucciones de alta contienen importante información que usted necesitará cuando esté en casa.

**Nota - Podrá sentir un poco de aturdimiento o tener síntomas durante todo el día de la cirugía; haga planes para descansar y recuperarse.**

## Al llegar para la cirugía

Diríjase a la mesa de registros del centro quirúrgico. Después de registrarse, un integrante de su equipo de atención médica lo acompañará a su habitación 1-2 horas antes del comienzo de la cirugía. A veces puede haber demoras en el horario de la cirugía.

Antes de la cirugía, usted conocerá a los siguientes integrantes de su equipo de atención médica:

- enfermera de admisión y auxiliar de apoyo,
- cirujano, asociado médico, enfermera practicante o entrenador atlético,
- anestesiólogo y anestesista certificado,
- enfermera quirúrgica.

Cada uno de estos integrantes de su equipo de atención médica podrá hacerle las mismas preguntas aun cuando usted ya las haya respondido antes. Esto es por su seguridad.

**A continuación indicamos algunas cosas que puede anticipar antes de pasar a la sala de operaciones.**

- Usted se sacará la ropa y se pondrá una bata de hospital.
- Se le medirán la estatura, el peso y los signos vitales.
- Se repasarán sus antecedentes médicos, incluyendo medicamentos y alergias.
- Usted firmará consentimientos para tratamiento.
- Se le pedirá que use un marcador quirúrgico para marcar el área donde se le hará la cirugía. Esto es política de Spectrum Health y se hace por su seguridad.
- Se le puede afeitar el área del cuerpo donde se hará la cirugía, a fin de evitar la presencia de vello en la herida.
- Si usted es una mujer premenopáusicas, se le deberá hacer una prueba de embarazo en orina antes de la cirugía.
- Se le administrará una infusión intravenosa (IV) y, de ser necesario, un antibiótico.
- Es posible que usted tenga que usar calcetines de compresión u otros dispositivos similares. Estos se usan durante e inmediatamente después de la cirugía, para disminuir el riesgo de coágulos de sangre.

Cuando usted llegue al quirófano, éste le parecerá muy brillante y frío. Una enfermera le ayudará a ubicarse sobre la mesa de operaciones y responderá a cualquier pregunta que usted pueda tener. La cantidad de tiempo que usted pase en el quirófano dependerá de su procedimiento. Su cirujano le dirá cuánto tiempo puede durar la cirugía aproximadamente.

**Nota: Un adulto responsable mayor de 18 años debe estar disponible para llevarlo de regreso a casa después de la cirugía. Si esta persona necesita salir del área en cualquier momento, debe notificárselo a uno de los integrantes del personal de enfermería. Es importante que este adulto responsable esté disponible para hablar con el cirujano una vez finalizada la cirugía.**

## Contactos del centro quirúrgico previos a la admisión

Usted recibirá 2 llamadas de Spectrum Health dentro de los 5 días previos a su cirugía. Una llamada será del departamento de registros y otra de la enfermera de planificación previa al procedimiento. A continuación le indicamos lo que usted puede anticipar.

### 1. Prerregistro

Un representante de Spectrum Health le llamará para obtener información previa a la admisión. Esta llamada toma aproximadamente 5 minutos. Durante esta conversación a usted se le preguntará lo que se indica a continuación.

- Su información de contacto (domicilio, números telefónicos, etc.).
- Su información de seguro.

### 2. Planificación previa al procedimiento

Una enfermera de Spectrum Health le llamará para la planificación previa al procedimiento. Esta llamada toma 30 minutos o más. La enfermera conversará con usted acerca de:

- Sus antecedentes médicos y cualquier problema de salud que tenga.
- Sus antecedentes quirúrgicos.
- Sus medicamentos.
- Sus alergias.
- El horario de su cirugía y la hora a la que debe llegar.
- Instrucciones para el día de la cirugía, incluyendo restricciones en su dieta.
- Instrucciones de estacionamiento.

Puede tomar nota de la información por adelantado, de manera que la tenga lista cuando le llame la enfermera. Las llamadas se hacen de lunes a viernes, entre las 8 a. m. y las 5 p. m.

### 3. Procedimientos urgentes

El personal del consultorio de su médico le dará instrucciones de preparación si su cirugía ha sido agregada de urgencia al calendario del cirujano.

Le sugerimos que tome nota de toda la información por anticipado, de manera que la tenga lista para cuando la enfermera le llame. Las llamadas se hacen de lunes a viernes, entre las 8 AM y las 5 PM

---

---

---

## Costo de la cirugía

El costo total de su cirugía puede incluir cargos por lo siguiente:

- Tarifas por el uso de las instalaciones del hospital o del centro quirúrgico.
- Honorarios médicos de su cirujano.
- Honorarios médicos de su anesthesiólogo.
- Honorarios médicos de su radiólogo.

Póngase en contacto con su compañía aseguradora para mayor información acerca de los montos que usted debe pagar.

**Nota:** En Spectrum Health, los servicios de anestesia son proporcionados por:

*Anesthesia Medical Consultants*  
3333 Evergreen Drive NE  
Grand Rapids, MI 49525  
616.364.4200

Los servicios de anestesia se facturan por separado de los demás servicios recibidos en el hospital. Quizá usted desee ponerse en contacto con su compañía aseguradora antes de la cirugía para verificar cobertura.

### Preguntas acerca de opciones de pago

Si necesita conversar acerca de opciones de pago, posible asistencia económica o asuntos relativos a la facturación, llame al departamento de satisfacción del cliente de Spectrum Health.

Horario de atención: lunes a jueves, 7:30 a. m. - 6 p. m. y viernes, 7:30 a. m. - 4 p. m.  
Teléfono: 616.774.1710 o sin cargo 1.800.968.0145

## Directiva médica anticipada

Una directiva médica anticipada o un poder notarial permanente para atención médica es un documento legal que le permite designar a un intercesor por el paciente. Dicho intercesor queda así autorizado para tomar decisiones médicas por usted, en caso de que usted no pudiera hacerlo.

Este documento también le permite indicar por escrito sus deseos en relación con su tratamiento médico, en caso de que usted no pudiera comunicarlos directamente. No es necesario que usted complete una directiva médica anticipada previa a su cirugía. No obstante, le recomendamos que considere si esto es adecuado para usted y su familia.

**Si usted ya cuenta con una directiva médica anticipada (o un poder notarial permanente para asuntos médicos), por favor traiga consigo una copia cuando venga al centro quirúrgico.**

Para mayor información acerca de cómo elaborar una directiva médica anticipada, llame al centro de planificación de atención *MyLife* de Spectrum Health al 616.774.7615.

## Sección B | El día de la cirugía

### Antes de salir de su casa

#### Preparación

- Tome una ducha o un baño de tina. Pueden pasar 2-3 días antes de que pueda hacerlo nuevamente.
- Tome sus medicamentos tal como se le haya indicado, con un pequeño sorbo de agua.
- Cepíllese los dientes - no trague agua.
- No se ponga maquillaje ni producto alguno con fragancia.
- Use ropa holgada y cómoda que le resulte fácil ponerse después de la cirugía.

#### Qué traer consigo

- Este manual.
- Un adulto responsable mayor de 18 años que pueda llevarlo de regreso a casa después de la cirugía.
- Una copia de su directiva médica anticipada, si la tiene.
- Documentos de tutela, de ser pertinentes.
- Material de lectura y/o música relajante.
- Sus anteojos o lentes de contacto y el correspondiente estuche.
- Su inhalador de rescate o medicación especial (como insulina), de ser pertinente.
- Todo equipamiento médico que usted necesite para regresar a casa después de la cirugía.

#### Cosas que no debe traer

- Joyas, incluyendo aquellas en perforaciones corporales (*body piercings*).
- Medicamentos recetados (excepto por los inhaladores de rescate y la medicación especial).

#### En el centro quirúrgico

- Los teléfonos celulares están permitidos en la mayoría de las áreas de atención a pacientes.
- Las computadoras portátiles que traen los visitantes tienen acceso gratuito a conexión inalámbrica de alta velocidad a Internet.
- Disponemos de máquinas expendedoras y de café (horas limitadas) en todos los centros quirúrgicos. Si su cirugía está programada para más tarde durante el día, sus familiares quizá deseen traer alimentos livianos para comer mientras esperan.