

Una mejor recuperación después de la cirugía

Introducción

Enhanced Recovery After Surgery

Patient Education: Introduction



Enhanced Recovery After Surgery, ERAS (una mejor recuperación después de la cirugía) es un plan de cuidado que los equipos de cirugía y anestesiología de UNC crearon para usted. A este plan se le llama guía clínica. Esta guía ayuda a preparar el cuerpo para la cirugía, recuperarse de manera segura y volver a casa lo antes posible después de la cirugía.

¿Por qué usamos la guía clínica de recuperación ERAS?

La guía clínica de recuperación ERAS no solo le ayuda a recuperarse rápidamente sino que también disminuye las probabilidades de que tenga problemas después de la cirugía. Esta guía le ayuda a usted y a su equipo a:

- Acortar la estadía en el hospital.
- Mantener el nivel de dolor bajo control.
- Ayudarlo a comer y beber tan pronto como sea seguro.
- Escuchar sus dudas y explicar las cosas de manera clara.

¿Qué cosas debo esperar antes de la cirugía?

Después de hablar sobre la cirugía con el cirujano, un miembro del equipo de cirugía hablará con usted acerca de su rol en la recuperación. Su equipo también le dará información más detallada acerca de cómo preparar su cuerpo para la cirugía, incluyendo el ejercicio físico, la respiración profunda, y cómo dejar de usar tabaco. Se le podrá pedir que beba Gatorade® antes de la cirugía. Una enfermera de la clínica de cirugía le proporcionará detalles específicos sobre esto si fuera necesario.



El día de la cirugía una enfermera le colocará una sonda intravenosa para prepararlo para la cirugía. Usted podrá recibir medicamentos para ayudarlo con la inflamación y el control del dolor antes de la cirugía.

¿Qué es lo que va a pasar en la sala de operaciones?

Durante la cirugía en el quirófano, lo monitorearán con mucha atención. Un equipo de profesionales, incluidos anestesistas, médicos y enfermeras lo vigilarán todo el tiempo. Este equipo también le dará medicamentos para mantenerlo dormido y cómodo.

Se vigilará con mucho cuidado la presión arterial para evitar el riesgo de tener un ataque al corazón, derrame cerebral y problemas renales. Es posible que necesite medicamentos durante la cirugía como por ejemplo medicamento para ayudar a controlar la presión arterial o evitar las náuseas después de la cirugía. También se usarán mantas calientes, líquidos intravenosos y calentadores de aire para que no tenga frío durante la cirugía.



Control del dolor

La guía clínica ERAS está diseñada para reducir al mínimo los efectos secundarios negativos de los medicamentos que se usan comúnmente para el dolor. Los efectos secundarios de estos medicamentos pueden conducir a un exceso de somnolencia, confusión, retraso de la función intestinal para volver a la normalidad y estreñimiento. Estos efectos secundarios pueden dar lugar a estadías prolongadas en hospital y pueden hacer que la recuperación después de la cirugía sea difícil.

¿Qué medicamentos se usarán para tratar el dolor?

La causa subyacente del dolor es la inflamación. Los medicamentos que tratan la inflamación, por lo tanto, son una parte importante del tratamiento del control del dolor. Estos medicamentos pueden incluir:

- Tylenol (acetaminophen)
- Lyrica (pregabalin)
- Celebrex (celecoxib)
- Toradol (ketorolac)

Es posible que se incluyan pequeñas cantidades de analgésicos (llamados opioides) en la guía clínica ERAS. Sus equipos de cirugía y anestesia trabajarán con usted para encontrar la mejor combinación de medicamentos para usted y su tipo de cirugía.

Algunas guías clínicas incluyen otras estrategias para controlar el dolor tales como:

- Anestésicos locales: son medicamentos que se inyectan en la incisión durante la cirugía, lo que hace que la piel y los tejidos se sientan entumecidos durante varias horas. Estos medicamentos son seguros y no tienen ningún efecto secundario importante.
- Epidural: puede que le ofrezcan una epidural para el control del dolor. El cirujano y el anesthesiólogo discutirán esta opción para ver si es apropiada para su tipo de cirugía.

¿Qué va a pasar después de la cirugía?

Luego de la cirugía, lo trasladarán a la Unidad de Cuidados Postanestésicos, PACU por sus siglas en inglés. Las enfermeras de la unidad le vigilarán los signos vitales (presión arterial, ritmo cardíaco y nivel de oxígeno), y le darán cualquier medicamento que necesite. El equipo médico de UNC se encargará de informarle a su familia cómo usted está evolucionando.



Cuando esté listo, lo trasladarán a la unidad de atención postquirúrgica del hospital para que se recupere. Es importante que pueda levantarse de la cama, sentarse en una silla y caminar lo antes posible. Hágalo tantas veces como pueda. La enfermera lo ayudará a moverse de manera segura.

Si el cirujano le colocó alguna sonda o catéter en la vejiga, se las quitará lo antes posible. El equipo médico le dirá cuándo puede comenzar a tomar líquido, comer sólidos y cuando es seguro para usted volver a casa.