

# Cuidados pre y postoperatorios en cirugía del colon y recto

## ¿Quiénes le vamos a tratar?

El *Centro Europeo de Cirugía Colorrectal* tiene una amplia experiencia en el tratamiento de problemas como el suyo. Nuestro equipo está incluso acreditado a nivel europeo en esa rama de la Cirugía Digestiva. Sus miembros pertenecen a sociedades científicas nacionales e internacionales, comparten conocimientos en cursos y congresos y efectúan numerosas publicaciones médicas a lo largo del año. Junto a ellos, de forma coordinada, actúan otros especialistas, y personal de enfermería altamente cualificado. Por ello, va ser tratado por un grupo de profesionales perfectamente capacitado para su asistencia, con el objetivo de que garantice los mayores estándares de calidad.

## ¿Qué tipo de cuidados me van a aplicar?

Somos pioneros en nuestro país en el empleo de técnicas denominadas de **Rehabilitación multimodal**, cuidados incentivados o *“fast-track”*, algo que ha supuesto una revolución en la evolución postoperatoria de los pacientes y que consiste en disminuir la agresión que supone la cirugía y lo que la rodea efectuando heridas más pequeñas, manejando fármacos con menores efectos secundarios, controlando mejor el dolor postoperatorio, e intentando que se restablezca lo más pronto posible la normalidad en cuanto a movilización y alimentación. Con ellos no sólo aparecen menos complicaciones sino que las estancias hospitalarias son menores y la reinserción a la vida familiar, social y laboral es mucho más rápida.

## ¿Cómo puedo colaborar?

**Su participación es fundamental** para obtener un buen resultado. Le recomendamos lea con atención estos consejos sobre el pre y postoperatorio. Llévelos consigo cuando ingrese y tenga en cuenta que lo que a continuación se indica es una guía de actuación que puede verse alterada por imprevistos.

## ¿Qué hacer antes del ingreso?

Si es fumador/a, debe **dejar el tabaco**, ya que aumenta el riesgo de complicaciones respiratorias y de la cicatrización. Asimismo, es conveniente hacer cierto **ejercicio físico** en función de sus posibilidades (paseos, flexiones de piernas, etc), y en algunos casos, gimnasia respiratoria.

Puede tomar **alimentación normal** a menos que lleve algún régimen previo o le hayan indicado lo contrario, **hasta 6 horas antes de su ingreso. A partir de entonces, tome sólo líquidos** (bebidas a poder ser bien azucaradas salvo que sea diabético, como zumos, infusiones, y también agua, caldos, Nutricia Preop® o Aquarius®). **No deberá beber ni agua al menos en las 2 horas previas a su intervención.**

**Muchas veces no se requiere** efectuar una **preparación intestinal** tomando purgantes. En caso contrario, seguirá las instrucciones específicas que le suministraremos oportunamente. Otras veces le recomendaremos aplicar una o más lavativas (enema).

Acuda al Hospital a la hora indicada, con un acompañante, y provisto de utensilios de aseo personal, pijama o camisón y zapatillas. Identifíquese en recepción. Allí le indicarán su habitación.

### El día de la intervención

La higiene corporal es básica para evitar infecciones postoperatorias. **Es importante ducharse en las 6 horas previas** a la intervención. No es preciso rasurar la zona quirúrgica; ya lo haremos en el quirófano si lo requiere. Posiblemente en algún caso marquemos la localización de un estoma (ano artificial) en el abdomen en los casos en que esté previsto realizarlo.

Una vez en el quirófano se le colocará una vía (catéter) venoso para administrarle la anestesia y otros tratamientos y goteros. Ya anestesiado posiblemente se le coloque una sonda en la vejiga de la orina que retiraremos habitualmente a las 24 horas de la intervención.

Al finalizar la cirugía, informaremos a sus familiares del transcurso de la operación, y Vd. pasará a la habitación o bien a la Unidad de Reanimación (UCI).

Pocas horas tras la intervención **deberá moverse y efectuar flexiones de piernas y pies** repetidas veces en la cama. También es conveniente toser -sujetándose la herida para disminuir las molestias-, si nota secreciones. Son útiles las respiraciones profundas y también deberá **sentarse en el sillón** un rato. Si no se marea, no hay inconveniente en que dé unos pasos por la habitación. En resumen, **la movilización es fundamental** para una rápida recuperación.

Si no tiene náuseas o ha vomitado, le invitaremos a **tomar sorbos de agua e incluso infusiones, o líquidos azucarados 3-4 horas tras la intervención.**

### Los días postoperatorios

Cotidianamente le visitaremos informándole de la evolución, y seguirá asimismo controles por parte de enfermería, que administrará la medicación y cuidados prescritos.

Las molestias postoperatorias disminuirán progresivamente y le permitirán una mejor movilización. Además de las flexiones y estar sentado en su sillón, el día siguiente a la intervención puede pasear por la habitación e incluso, si no se le dice lo contrario, **caminar por el pasillo** hasta unos 5 paseos diarios. Por supuesto, podrá ir al aseo a efectuar su higiene personal si no existe contraindicación para ello.

**La alimentación será también progresiva**, y –salvo orden facultativa o vómitos-, podrá tomar una dieta blanda a las 48 horas tras la intervención.

La herida se descubrirá a partir de las 48 horas para su control y posiblemente se deje así salvo que exista supuración. Si lleva un estoma, un profesional especializado le informará exhaustivamente de los cuidados y dispositivos necesarios para que se familiarice con su uso.

Cuando consideremos oportuno, a partir del 3º ó 4º día postoperatorio, será dado de alta hospitalaria. Las estancias prolongadas en el Hospital favorecen infecciones graves, y además, en su domicilio se hallará en un entorno más apropiado para su recuperación cuando no precise los recursos que le brinda el Hospital.

En el momento del alta, recibirá un **informe de la evolución de su proceso y recomendaciones**, así como instrucciones para la retirada de suturas, y le citaremos para una revisión en nuestra Consulta. Si lo desea, ante cualquier duda o incidencia, podrá contactar telefónicamente con un miembro de nuestra llamada al teléfono de centralita del Hospital: 963179100, al de nuestra Consulta: 963179167, o bien por correo electrónico (indicado en la página anterior).