

# *Preparación para su procedimiento o cirugía*

---

*La planificación temprana es la clave para una cirugía exitosa y para satisfacer sus necesidades en su hogar. Le animamos a que comience a planificar hoy siguiendo la información de este librito.\**

*\* Su médico puede ajustar estas indicaciones para satisfacer sus necesidades.*



**Central Washington  
Hospital & Clinics**

**Wenatchee Valley  
Hospital & Clinics**

# ÍNDICE

**3**

## **Antes de su procedimiento o cirugía**

3

Días / semanas antes de su procedimiento o cirugía

4

La noche anterior al procedimiento o cirugía

**5**

## **Día de: Antes de su procedimiento o cirugía**

5

Entre la medianoche y su momento de ingreso

6

Antes de salir de su hogar

6

Qué llevar

7

Preguntas sobre las instrucciones de preadmisión

8

Cuando llegue a la instalación

9

Después de su procedimiento o cirugía

**10**

## **Día de: Después de su procedimiento o cirugía**

10

Control del dolor

10

Atención hospitalaria para pacientes que pasan la noche

11

Actividad

12

Tratamientos y medicamentos

12

Está listo para salir del hospital cuando...

**13**

## **En su hogar**

13

Dieta

13

Actividad

14

Medicamentos para el dolor

14

Malestar estomacal / estreñimiento

14

Cuidado de la herida

15

Cuándo llamar a su médico

**16**


## **Cómo llegar**

16

Central Washington Hospital & Clinics

18

Wenatchee Valley Hospital & Clinics



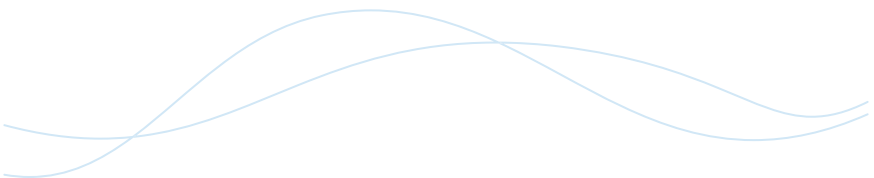
## ANTES DE SU PROCEDIMIENTO O CIRUGÍA

### Los días / las semanas anteriores

- **Llame a su compañía de seguro médico de inmediato para comunicarles que se someterá a una cirugía.** Nuestro personal también lo ayudará con esto gustosamente.
- **Planifique el traslado a su hogar.** Debe contar con un adulto responsable para que lo conduzca a su hogar debido a los medicamentos administrados para su procedimiento o cirugía.
- Si va a su hogar en taxi o autobús público, arregle para que lo acompañe un adulto responsable.
- Alguien debe quedarse con usted o controlarlo durante al menos 24 horas después de volver a su hogar.
- Siga las indicaciones de su médico con respecto a los medicamentos antiinflamatorios como: aspirina, Celecoxib, Diclofenac sódico, ibuprofeno, Indometacina, Meloxicam, Nabumetona, Naproxeno, Piroxicam.
- Interrumpa los suplementos a base de hierbas tan pronto como sepa que va a someterse a una cirugía; lo ideal son 7 días antes de su cirugía.
- Si está tomando anticoagulantes (diluyentes de sangre), siga las indicaciones de su médico de continuar tomando o detener este medicamento.

## La noche anterior

- **Una enfermera lo llamará entre las 12:00 p.m. y las 6:00 p.m.** el día anterior a su procedimiento / cirugía para confirmar la hora de su cita, dónde registrarse y para responder cualquier pregunta que pueda tener.
- Siga las indicaciones para la preparación del intestino, en caso de que lo ordene su médico.
- Tome una ducha o un baño el día de su cirugía.
- **NO rasure el sitio de la cirugía.** En caso de que sea necesario, el hospital tiene rasuradoras especiales.
- Si se enferma o presenta cualquier erupción (sarpullido), corte o rasguño en el sitio de la cirugía o cerca del mismo, favor de comunicarse con su médico.





# DÍA DE: **ANTES** DE SU PROCEDIMIENTO O CIRUGÍA

## Entre la medianoche y su momento de ingreso

**Para su seguridad**, su estómago debe estar vacío para su cirugía. Si come o bebe antes de su procedimiento, procedimiento, se deberá posponer o reprogramar.

**Restricciones en la dieta:** Por favor, **NO** coma ningún alimento sólido después de la medianoche el día de la cirugía.

*Pautas de ayuno desde los 3 años de edad hasta los adultos:*

### Tiempo antes de registrarse

### Puede ingerir

2 horas.....

Líquidos claros

- Los líquidos claros incluyen: agua, 7-up, jugo de manzana, Gatorade, té o café negro (azúcar está BIEN, pero crema o leche NO)
- No comer chicle (goma de mascar), mentas, dulces duros ni masticar tabaco.

*Pautas de ayuno para niños menores de 3 años de edad:*

### Tiempo antes de registrarse

### Puede ingerir

2 horas.....

Líquidos claros

4 horas.....

Leche materna

6 horas.....

Fórmula para lactantes

6 horas.....

Leche normal

6 horas.....

Galletas saladas o pan tostado seco

- Las mujeres en trabajo de parto pueden tomar agua o Gatorade cada 4 horas; si es probable que le realicen una cesárea, siga las pautas para los adultos.
- Siga las instrucciones para la preparación de los intestinos, si su médico se lo indicó.
- Una enfermera le llamará el día antes de su procedimiento, entre el mediodía y las 6:00 p.m., con información acerca de lo que debe dejar de comer o beber antes de registrarse para su procedimiento.

## Antes de salir de su hogar

- **Recuerde no comer ni beber como se indica.** Puede tomar sus medicamentos con un sorbo de agua.
- **Pacientes DIABÉTICOS:** Tal vez se ajusten sus dosis de insulina u otro medicamento para el azúcar en la sangre antes de su procedimiento o cirugía debido a que no estará alimentándose con su dieta habitual.
- Por favor, siga detenidamente las indicaciones de su médico. Se revisará y controlará su nivel de azúcar en sangre cuando llegue.
- Use ropa suelta y cómoda, sandalias (zapatillas) o zapatos que sean fáciles de poner y poco o nada de maquillaje.
- **Deje todas sus joyas y objetos valiosos en su casa.**
- No se coloque adhesivos dentales.

## Qué llevar

- Una copia de su Directiva Anticipada, Testamento Vital o Poder Legal, si tiene uno.
- Escriba el nombre y número de teléfono de alguien a quien podamos llamar mientras usted se encuentre en el hospital para que ayude con cualquier necesidad inesperada.
- Una lista de todos sus medicamentos, incluyendo las dosis y horarios en que fueron tomados por última vez.
- Máquina CPAP o BiPAP, si utiliza una.
- Juguetes, libros o videos para los niños.
- Estuche y líquido para los lentes o lentes de contacto.
- Audífonos.
- Si pasa la noche en el hospital, puede traer una bata y objetos personales.
- Traiga sandalias (zapatillas) con suela antideslizante o zapatos de caminar cómodos.
- Seguro médico / tarjetas para recetas / copago.

## ¿Preguntas?

Si tiene preguntas o inquietudes acerca de las indicaciones de preadmisión, favor de comunicarse con:

### **Central Washington Hospital & Clinics**

*Preadmisión* | **509.433.3082** *extensión: 33082*

---

### **Wenatchee Valley Hospital & Clinics**

*Preadmisión* | **509.663.8711** *extensión: 5584*



## Cuando llegue a la instalación



### Central Washington Hospital & Clinics

1201 S. Miller St.  
509.662.1511

---

*Para ver un mapa y direcciones,  
consulte la página 17.*



### Wenatchee Valley Hospital & Clinics

820 N. Chelan Ave.  
509.663.8711

---

*Para ver un mapa y direcciones,  
consulte la página 19.*

- Regístrese en la recepción.
- El personal de enfermería revisará su historia clínica con usted y lo preparará para su procedimiento o cirugía.
- El personal tal vez limpie y rasure el sitio de la cirugía.
- El médico revisará su procedimiento o cirugía con usted y marcará el sitio de la cirugía si está indicado.
- El anesestesiólogo también revisará su historia clínica y conversará con usted acerca de las opciones de anestesia y los medicamentos.
- Tal vez le ordenen medicamentos para tratar la ansiedad, infección, dolor y náuseas.
- Uno o dos familiares pueden sentarse con usted mientras espera para su cirugía.

- Los niños deben estar acompañados por uno de los padres o tutor. Los padres o el tutor de niños menores de 18 años de edad deben permanecer en el hospital hasta que el niño sea dado de alta.

## Después de su procedimiento o cirugía

- Su médico hablará con su familia / amigos (si están presentes) en la sala de espera. Pídeles que estén disponibles en persona o por teléfono.
- Tal vez pueda comer o beber después de la cirugía, dependiendo del tipo de cirugía que le hayan realizado.
- Se controlarán los signos vitales y el sitio de la cirugía.
- Tal vez se le pida que tosa o respire profundamente.
- Los ejercicios simples de pierna y pie ayudan a que circule la sangre. Puede utilizar medias de compresión o pulsadores de pie.
- Podría tener una sonda urinaria para ayudarlo a orinar.


## Política Libres de Tabaco y Libres de Humo

Todos los campus y clínicas de Confluence Health son instalaciones libres de tabaco y libres de humo.



Se prohíben los cigarrillos, cigarrillos electrónicos, tabaco sin humo, pipas, cigarros, marihuana médica y cualquier sustancia ilícita, ilegal o nociva que se pueda consumir por medio de fumar o inhalación.

Gracias por su cooperación en brindar un ambiente saludable para nuestros pacientes, visitantes y el personal.



## DÍA DE: **DESPUÉS** DE SU PROCEDIMIENTO O CIRUGÍA

### Control del dolor

Un buen control de dolor no le quitará el 100 % del dolor, pero controlará suficientemente su dolor para que pueda toser, respirar profundo, y levantarse y acostarse en la cama.

- Comuníquese a su médico si siente dolor, o si tiene malestar estomacal. Hay muchos medicamentos disponibles para ayudarlo a sentirse mejor.

Sus enfermeras lo ayudarán de otras formas para que se sienta cómodo.

- El dolor es personal. La cantidad y el tipo de dolor que sienta puede que no sea el mismo que sienten los demás. Puede ayudar a los médicos y enfermeras a “medir” su dolor utilizando una Escala de Valoración Dolor del 0 al 10. Imagine que el cero corresponde a no tener dolor y 10 es el peor dolor que pueda imaginar, o utilice una descripción del dolor que está experimentando como leve, moderado o grave. Los niños y las personas mayores pueden sentir que la Escala de Caras de Dolor es muy útil.

### Atención hospitalaria para pacientes que pasan la noche

Hoy en día cada vez menos personas son admitidas en los hospitales. La medicina moderna hace que sea posible que las personas vuelvan a su hogar más rápido que nunca.

Si se queda en el hospital, es debido a que su cirugía requiere necesidades especiales que no se pueden satisfacer en su hogar.

El personal del hospital trabajará duro para que pueda irse a casa. Tiene a su disposición personal de enfermería, terapia física / ocupacional y servicios sociales para hablar acerca de cualquier necesidad de cuidado que pueda requerir al ser dado de alta y en el hogar.

Si después de la cirugía necesita más ayuda de la que sus familiares / amigos puedan proporcionar, comuníquese con:

**Central Washington Hospital & Clinics**

Departamento de Administración de Cuidados  
**509.433.3121**

**Wenatchee Valley Hospital & Clinics**

Departamento de Servicios Sociales  
**509.663.8711 extensión: 5983**

## Actividad

- Después de su cirugía es importante comenzar con sus actividades habituales lo antes posible para mejorar su recuperación.
- Toser, respirar profundo y mover sus piernas son actividades que puede realizar mientras está en la cama.
- Tal vez note que moverse puede ser incómodo. Es normal sentir un poco de incomodidad en reposo y con actividad. Usted y su enfermera elaborarán un plan de control de dolor.
- El personal de enfermería lo ayudará a caminar.

## Tratamientos y medicamentos

- Se controlarán sus signos vitales durante toda su estadía.
  - Su enfermera le enseñará acerca de los cuidados de la herida, incluyendo cuándo está bien tomar una ducha o un baño.
  - Realice la dieta que le recomiende su médico.
  - Se le quitará su IV (catéter intravenoso) cuando pueda comer y beber.
  - Se podrá quitar la sonda urinaria. Las enfermeras controlarán que pueda orinar sin la sonda. Puede irse a casa con la sonda colocada.
- 
- Se administrarán píldoras o inyecciones para el dolor según sea necesario.
  - Tal vez tenga una bomba IV de PCA (Analgesia Controlada por el Paciente) para los analgésicos. **Es importante que solamente usted, el paciente, controle el medicamento, no su familia.** Esto evitará que reciba más medicamento del que necesita.
  - Pregúntele a su médico o enfermera acerca de cuándo volver a tomar sus medicamentos, hormonas y/o suplementos habituales.

## Está listo para salir del hospital cuando...

- Puede tomar algunos líquidos en la cantidad que su médico apruebe.
- Los medicamentos para el dolor mantienen su dolor bajo control.
- Puede caminar.
- Se revisaron las instrucciones del alta con usted y otro adulto responsable.



## EN SU HOGAR

### Dieta

- Continúe tomando líquidos claros tales como agua, 7-up, jugo de manzana, Gatorade y té. Avance gradualmente su dieta hacia los alimentos livianos y vuelva lentamente a su dieta habitual.
- Beba 8 vasos de líquido al día.

### Actividad

- Muévase cada día más.
- No conduzca si está tomando medicamentos recetados para el dolor.
- Siga las indicaciones de su médico acerca de cuándo está bien volver a realizar actividades agotadoras y a conducir.

### Medicamentos para el dolor

- Tal vez note que moverse puede ser incómodo. Es normal sentir un poco de incomodidad en reposo y con actividad. Usted y su enfermera elaborarán un plan de control de dolor.
- Cuando el ibuprofeno o el acetaminofeno no son suficientes para controlar el dolor, agregue píldoras para el dolor recetadas como lo indicó su médico.
- Continúe aplicando hielo y elevando la zona para ayudar a estar más cómodo, si es adecuado.

## Malestar estomacal / estreñimiento

- Las píldoras para el dolor recetadas pueden provocar estreñimiento, náuseas y vómitos. Si esto ocurre, considere la posibilidad de tomar medicamentos para el dolor de venta libre y limite el uso de medicamentos con receta.
- Puede utilizar un laxante de venta libre o un ablandador de heces, a menos que se le indique lo contrario.
- Coma alimentos con alto contenido de fibras, como salvado de granos y frutas / vegetales. Si las náuseas / vómitos continúan, favor de comunicarse con su médico.

## Cuidado de la herida

- Deje puesta la cinta y tiras adhesivas hasta que se caigan. Si las tiras adhesivas todavía siguen ahí después de dos semanas, puede quitarlas.
- Por favor, siga las indicaciones de su cirujano respecto a las duchas.



## Llame a su médico si tiene:

- Náuseas, vómitos o dolor que no desaparecen.
- Escalofríos y/o fiebre superior a 101°F.
- La herida está roja, hinchada, supura, está abierta o es más dolorosa.
- Comezón, o si aparece erupción o ronchas.
- Incapacidad de orinar
- ***Dolor en el pecho o falta de aliento – Por favor llame al 911***



---

## CÓMO LLEGAR A: CENTRAL WASHINGTON HOSPITAL & CLINICS

---

### Desde el sur:

- Cruce el Puente George P. Sellar.
- Doble a la izquierda en Mission St. en el semáforo.
- Siga unas 3 cuadras.
- Doble a la derecha en Crawford St.
- Siga unas 10 cuadras.
- Doble a la derecha en Fuller St., después a la izquierda en la entrada para vehículos del hospital.
- Conduzca por el lado más alejado del hospital (lado oeste).
- Hay un área de estacionamiento asignada para los pacientes que van a ingresar a la Entrada de Cirugías y Procedimientos.
- Ingrese por la entrada de la “pared verde” y preséntese en el mostrador de Admisiones.

### Desde el norte:

- Diríjase al sur por Wenatchee Ave. hasta que los dos carriles de la derecha se desvíen a la derecha hacia Miller St. (cerca del ShopKo y Denny’s Restaurant).
- Desvíese hacia la derecha hacia Miller St. (frente a Valley North Mall).
- Continúe hacia el sur por Miller St., unas 2.2 millas, pasando Wenatchee High School y una intersección de 4 vías.
- Doble a la izquierda hacia el estacionamiento de Central Washington Hospital. Hay un área de estacionamiento asignada para los pacientes que van a ingresar a la Entrada de Cirugías y Procedimientos.
- Ingrese por la entrada de la “pared verde” y preséntese en el mostrador de Admisiones.



---

## CÓMO LLEGAR A: WENATCHEE VALLEY HOSPITAL & CLINICS

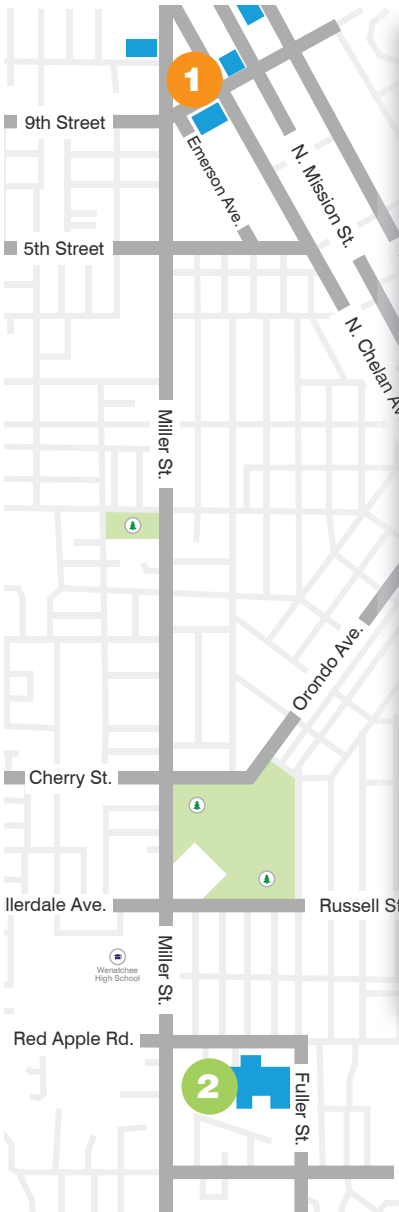
---

### Desde el sur:

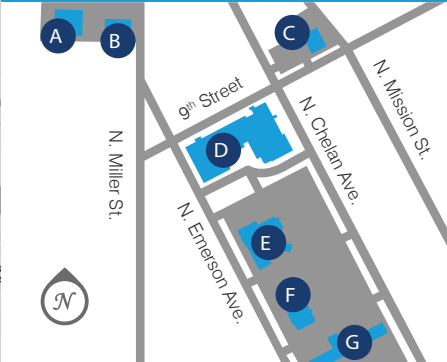
- Cruce el Puente George P. Sellar.
- Doble a la derecha en Mission St.
- Diríjase al norte por Mission St. hasta Ninth Street (unas 2 millas).
- Doble a la izquierda en Ninth Street.
- Doble a la izquierda en Chelan (siguiente calle) y pase al carril de la derecha.
- Doble a la derecha hacia el estacionamiento de Wenatchee Valley Hospital & Clinics, justo después del cruce de Ninth y Chelan Ave.
- Use la entrada de Wenatchee Valley Hospital. Tome el elevador hasta el 2º piso y el área de recepción.

### Desde el norte:

- Diríjase al sur por Wenatchee Ave. hasta que los dos carriles de la derecha se desvíen a la derecha hacia Miller St. (cerca del ShopKo y Denny's Restaurant).
- Desvíese hacia la derecha en Miller St. y colóquese en el carril de la izquierda.
- En el segundo semáforo permanezca en el carril del medio y doble a la izquierda en Chelan Ave.
- Colóquese en el carril de la derecha.
- Después de cruzar Ninth St., doble a la derecha hacia el estacionamiento de Wenatchee Valley Clinic.
- Use la entrada de Wenatchee Valley Hospital. Tome el elevador hasta el 2º piso y el área de recepción.



**1** Wenatchee Valley  
Hospital & Clinics  
820 N. Chelan Ave.



- A** **Clínica de Fisioterapia y Columna Vertebral**  
509.663.8711
- B** **Centro del Sueño**  
509.663.8711
- C** **Edificio de Pediatría**  
509.665.5851
- D** **Edificio Mares**  
509.663.8711
- E** **Edificio Smith**  
509.663.8711
- F** **Edificio Haug**  
509.663.8711
- G** **Edificio de Salud de la Conducta**  
509.667.3650

Ge  
S  
Br

Nombre del paciente: \_\_\_\_\_

Fecha del procedimiento: \_\_\_\_\_

Ubicación:

- Central Washington Hospital & Clinics**  
(Hospital, Entrada de Cirugía y Procedimientos)
- Wenatchee Valley Hospital & Clinics**  
(Edificio Mares, Entrada del Hospital / Cirugía,  
2° piso, tomar elevador cerca del Bistro)

Cirujano: \_\_\_\_\_

Personal a llamar si tiene preguntas:

---

---

---

*Estamos dedicados a mejorar la salud de  
nuestros pacientes proporcionándoles  
atención segura y de alta calidad de  
manera compasiva y económica.*

