



GUÍA PARA FAMILIARES

ACOMPañANDO EN EL
PROCESO

Guía para familiares: acompañando en el proceso

Sabemos que la espera mientras un ser querido es intervenido puede ser una de las experiencias más difíciles. Esta guía ha sido elaborada para que conozcáis qué esperar en cada momento, cómo podéis apoyar mejor al paciente y cómo actuar al llegar a casa. No estáis solos en este camino: el equipo médico y de enfermería está aquí para acompañaros a vosotros también.

Durante la intervención

Sala de espera, tiempos quirúrgicos e información médica al finalizar

Visitas durante el ingreso

Cómo visitar sin sobrecargar y cómo estimular la recuperación activa

Ayuda al alta

Transporte, vigilancia en casa y señales de alarma a tener en cuenta

Mitos y realidades

Respuestas claras a los temores más frecuentes sobre la cirugía de pulmón

Lo que necesitáis saber: antes, durante y después

PARTE 1

Durante la intervención

La espera en el quirófano puede hacerse larga, pero es importante entender que ese tiempo es necesario y que el equipo está trabajando con toda la atención puesta en vuestro familiar. Antes de que empiece la cirugía, aseguraos de dejar un **número de teléfono de contacto** tanto en el mostrador de admisión como en el control de enfermería. Así, si en algún momento no estáis en la sala de espera, el cirujano podrá localizaros sin demora.

Punto de espera

Se os indicará la sala de espera asignada. Permaneced accesibles y dejad siempre un teléfono de contacto en el mostrador.

Información médica

Al finalizar la intervención, el cirujano saldrá personalmente a informaros u os llamará por teléfono si no os encuentra en la sala de espera.

Tiempos de quirófano

El tiempo en quirófano incluye la preparación, la cirugía y el despertar inicial. Una cirugía de 2 horas puede suponer no ver al paciente hasta 4 horas después del inicio. Esto es completamente normal.

PARTE 2

Visitas durante el ingreso

Vuestra presencia es un apoyo enorme para el paciente, pero en los primeros días la recuperación requiere **descanso por encima de todo**. Las visitas cortas, tranquilas y en pequeños grupos son la mejor forma de acompañar sin sobrecargar. Recordad que el equipo de enfermería puede indicaros cuándo es el mejor momento para visitar.

Podéis tener un papel activo en la recuperación animando al paciente a utilizar la **App FISSIOS** o acompañándole en sus paseos por el pasillo cuando el equipo médico lo autorice. Moverse de forma precoz y progresiva es esencial para la recuperación pulmonar.



Respetad el descanso

Las primeras horas son cruciales. Visitas breves, de pocos familiares a la vez, y siempre en un tono de voz bajo. Los móviles, en silencio.



Estimulad sin forzar

Podéis ayudar recordándole el uso de la App FISSIOS o acompañándole a caminar por el pasillo cuando el equipo lo autorice. El movimiento es medicina.

PARTE 3

Ayuda al alta

El día del alta es un momento de alegría, pero también requiere preparación. Tened listo un **coche cómodo** y llevad un cojín que el paciente pueda colocar sobre la herida para amortiguar los baches o frenazos del trayecto. Una vez en casa, vuestro papel como observadores es fundamental.



Transporte

Coche cómodo con un cojín para proteger la zona de la herida durante el trayecto. Evitad rutas con muchos baches.



Vigilancia en casa

Ayudad al paciente a seguir el **Semáforo de Alarmas** descrito en la Guía para el Paciente. Ante cualquier síntoma de alarma, actuad sin dudar.



Si observáis fiebre alta, dificultad respiratoria importante, enrojecimiento o supuración en la herida, o cualquier otro síntoma preocupante, contactad con el equipo médico o acudid a urgencias sin esperar.

1

Preguntad siempre

El equipo de enfermería y médicos están para resolver vuestras dudas. No hay pregunta pequeña cuando se trata de la salud de un ser querido.

2

App FISSIOS

Animad al paciente a usar la aplicación para sus ejercicios de fisioterapia respiratoria. Es una herramienta clave para una buena recuperación en casa.

3




Sois parte del equipo

Como familiar, sois un eslabón esencial en la cadena de recuperación. Vuestra calma y cariño son parte del tratamiento.

¿Mito o realidad? Respuestas claras a vuestros miedos

Es completamente normal que surjan dudas y temores antes y después de una intervención pulmonar. A lo largo de los años, el equipo médico ha escuchado las mismas preguntas una y otra vez. A continuación, damos respuesta honesta y clara a los mitos más extendidos, para que podáis tranquilizar tanto a vuestro familiar como a vosotros mismos.

 MITO	 REALIDAD
"Me van a quitar un pulmón y no podré volver a caminar o hacer deporte."	El pulmón restante compensa la función. Con fisioterapia y ejercicio progresivo, la mayoría de los pacientes recuperan una excelente calidad de vida y pueden caminar y hacer ejercicio moderado.
"Si le tosen o le tocan el pecho, se van a soltar los puntos por dentro."	Las suturas internas son extremadamente seguras. De hecho, toser es necesario para limpiar el pulmón y prevenir complicaciones. No hay que tener miedo.
"La cirugía de tórax siempre implica abrir las costillas con un gran corte."	Falso. Actualmente, la mayoría de las cirugías se realizan por VATS (vídeo) o Robótica , con pequeñas incisiones que no requieren separar las costillas, reduciendo mucho el dolor y la recuperación.
"El tubo de drenaje duele muchísimo al quitarlo."	Es una sensación extraña de "vacío" que dura apenas unos segundos. La mayoría de los pacientes sienten un gran alivio inmediato al retirarlo.
"No puede viajar en coche ni subir escaleras después de la cirugía."	Al contrario: subir escaleras y caminar es la mejor medicina. Solo debe evitarse el esfuerzo de carga (pesos) y los viajes en avión hasta que el cirujano lo autorice expresamente.

-  Recordad: con los avances actuales en cirugía mínimamente invasiva y fisioterapia respiratoria, la recuperación es mucho más rápida y llevadera de lo que muchos imaginan. Vuestra actitud positiva y apoyo constante marcan una diferencia real en la recuperación del paciente.