

INFORMACIÓN AL PACIENTE PARA EL INGRESO EN CIRUGÍA TORÁCICA

1. INTRODUCCIÓN

Dentro de poco ingresará en Cirugía Torácica para resolver quirúrgicamente su proceso. Para favorecer su recuperación vamos a aplicar una serie de medidas que van dirigidas a disminuir el impacto y la repercusión orgánica que supone toda intervención quirúrgica. Esto ayuda a reducir las posibles complicaciones, agiliza la recuperación y reduce la estancia postoperatoria y su vuelta a la normalidad.

Su colaboración activa como paciente y la de sus familiares o cuidadores va a ser fundamental para obtener los máximos beneficios durante esta fase previa a la intervención. Le anticipamos que después de la cirugía, deberá seguir con las pautas que le hemos dado ya que eso también va a contribuir a su recuperación total.

Debe tener en cuenta que este documento contiene unas recomendaciones generales para todos los pacientes. El equipo le dará más o menos instrucciones dependiendo del riesgo estimado ajustado a su caso.

2. PREPARACIÓN PREVIA AL INGRESO

Seguir con atención las instrucciones que reciba con vistas al ingreso es muy importante para poderle operar en las mejores condiciones. Se espera que en la consulta haya comentado con su cirujano y el anestesista la medicación que toma y si precisa algún cambio o suspensión y cómo hacerlo. Sea muy meticuloso con las recomendaciones recibidas al respecto. Esperamos que haya comunicado alergias e intolerancias a medicamentos, alimentos u otros productos (latex, etc).

Hasta el momento del ingreso:

- **ABSTENCIÓN TABÁQUICA:** Deje de fumar totalmente. El tabaco no favorece su recuperación y puede aumentar las complicaciones del procedimiento. Si lo necesita, pida ayuda a la Unidad de Tabaquismo que le corresponda a través del Servicio de Neumología de referencia o de su Médico de Atención Primaria.
- **NUTRICIÓN PREOPERATORIA:** Mantenga una dieta equilibrada, rica en proteínas y beba entre 1,5 y 2 litros de agua y otros líquidos no alcohólicos diariamente. Recuerde que no se trata de comer más si no mejor. Le recordamos que la ingesta de alcohol está relacionada con la ocurrencia de complicaciones postoperatorias.
- **HIGIENE:** Debe revisar sus hábitos higiénicos. Preste especial atención a la limpieza del área genital ya que, muy probablemente, se le colocará una sonda en la vejiga durante las primeras horas tras la cirugía. Una buena higiene local va a reducir las infecciones urinarias. También debe cuidar su boca. Recuerde que el tubo, por el que va a respirar mientras se le opere, pasará por su boca antes de colocarse en la tráquea.
- **EJERCICIO FÍSICO GENERAL Y FISIOTERAPIA PREOPERATORIA:** Es muy importante que dedique un tiempo específico y regular de su día a día para realizar los ejercicios de fisioterapia que le han recomendado. Van a ser básicos y esenciales para evitar complicaciones y acelerar su recuperación. Si no ha recibido instrucciones específicas deberá caminar de forma continuada al menos 1 hora, idealmente, dos veces al día (mañana y tarde). La enfermera o fisioterapeuta le entregarán un inspirómetro incentivador y le instruirán en su uso. Deberá usarlo al menos 4 veces al día: antes de cada comida (desayuno, comida, merienda y cena) para hacerlo con el estómago vacío, haciendo 10 repeticiones cada vez. Es muy importante que traiga el aparato el día del ingreso para trabajar con él también aquí en el hospital.

Fecha de revisión: **nov 2025**
Código documento: **A1G12_25**
Documento revisado por: **CTVIs**

Documento aprobado por la Comisión Técnica de
Validación de la Información



- **OTROS:** Si desea completar el documento de Instrucciones Previas, puede acudir a solicitar información en el Servicio de Información y Atención al Paciente o contacte con su centro de Atención Primaria y pida las instrucciones específicas de cómo realizarlas para hacerlo.

El día anterior al ingreso:

- **ACCESO AL HOSPITAL:** Localice el hospital y los posibles aparcamientos disponibles, así como otras alternativas de transporte. Si necesita ayuda con el transporte con vistas al ingreso póngase en contacto con su Médico de Atención Primaria para tener este aspecto previsto antes del día del ingreso.
 - Sobre todo, si su ingreso va a ser el día de la cirugía, programe con tiempo el camino a realizar hasta el hospital teniendo en cuenta horarios de transportes, intensidad de tráfico y el problema del aparcamiento.
 - Si está desplazado en otra ciudad, pregunte por posibles alojamientos y soluciones alternativas como los pisos para familiares que ofrece la Asociación Española del Cáncer en muchas ciudades españolas.
- **ACOMPAÑANTES:** Pregunte en su hospital y en el momento concreto en el que va a ser su ingreso cuales son las reglas que regulan el movimiento, estancia e información de los acompañantes y de las visitas. Así su familia y allegados sabrán exactamente qué hacer.
- **MEDICACIÓN:** Recoja la medicación que toma a diario y anote exactamente cómo la toma. Escriba en un papel, para que no haya dudas, la fecha y la hora a la que tomó la última dosis de anticoagulantes y/o antiagregantes.
- **HIGIENE:** La noche anterior al ingreso o en la misma mañana del ingreso debe ducharse o bañarse incluyendo el lavado del cuero cabelludo. Esta actuación disminuye la carga de bacterias de nuestra piel y ayuda a disminuir las infecciones de las heridas. No debe utilizar productos de peluquería, cosmética, maquillajes ni cremas hidratantes para la piel. Debe retirar de su cuerpo todos los piercings que tenga y no debe acudir con las uñas pintadas. **NO DEBE** depilarse ni rasurarse el tórax en casa. En el momento del ingreso el equipo de enfermería decidirá que es más conveniente hacer con su vello corporal.
- **OBJETOS PERSONALES:**
 - Lleve ropa interior, un pijama (en general se le va a proporcionar) y unas zapatillas cómodas y cerradas para poder andar y realizar el tratamiento de fisioterapia con seguridad.
 - Si utiliza algún tipo de prótesis (audífono, dentadura, gafas, etc) recuerde traer la caja o funda para guardarlo y tenga en cuenta que los hospitales no se van a hacer cargo de su custodia ni de cualquier incidencia que pueda ocurrir.
 - Lleve un pequeño kit de higiene con lo que utilice más habitualmente, así como el teléfono y un cargador para poderse mantener comunicado con sus seres queridos.
 - Añada algún entretenimiento: libros, juegos, revistas, etc.
 - Pregunte por las instrucciones de uso de la televisión.
- **AYUNO:** Preste especial interés a las recomendaciones sobre la toma de agua o de comida antes del ingreso. Esto es especialmente importante si ingresa el día la intervención. En general en ese caso, podrá cenar con normalidad la noche anterior y podrá tomar líquidos claros (agua, té u otras infusiones **sin** leche, café **sin** leche) hasta 2 horas antes de la cirugía. **Después de ese momento NO Puede tomar nada o se suspenderá la intervención.**

3. DURANTE SU ESTANCIA EN EL HOSPITAL

Después de la cirugía el equipo de profesionales que le atenderá le irá indicando cuáles deben ser los pasos de su recuperación día a día. Recuerde que su colaboración e implicación como paciente y la de sus acompañantes es clave en el adecuado progreso de su evolución.

Para ayudar a prevenir las posibles complicaciones características de toda cirugía vamos a trabajar tres campos fundamentales:

- Movilización precoz y fisioterapia
- Nutrición temprana
- Manejo de drenajes pleurales

MOVILIZACIÓN PRECOZ y FISIOTERAPIA:

Debe recordar que estar acostado es malo para su pulmón porque se respira peor y se acumulan las secreciones, aumenta la tos y con ello el dolor. Todo esto hace que su recuperación se alargue y también su estancia en el hospital. La movilización precoz revierte estos efectos negativos.

A las pocas horas de la cirugía se le incorporará en la cama y, si es posible, el personal al efecto le ayudará a sentarse en su sillón. Debería intentar permanecer sentado fuera de la cama hasta dos horas. Desde el momento que esté más despierto en la URPA (unidad de recuperación) se le invitará a empezar a trabajar con el inspirómetro incentivador que trajo al hospital. Se recomienda realizar un máximo de 10 repeticiones cada vez que lo use.

Al día siguiente de la intervención, estará listo para levantarse y caminar tanto por la habitación como por los pasillos de la unidad donde esté ingresado. Deberá utilizar el inspirómetro incentivador cada 2 horas durante 10 minutos. Usted mismo notará que de forma progresiva va incrementando el volumen de aire que es capaz de inspirar cada vez. Además, empezará a realizar fisioterapia respiratoria específica si lo precisa.

Recuerde que el uso regular, según lo indicado, **del inspirómetro incentivador** le ayudará a mejorar la respiración en general y la tos en particular con lo que disminuye la probabilidad de sufrir una neumonía en el postoperatorio.

NUTRICIÓN TEMPRANA:

Comenzará tomando líquidos entre 2 y 4 horas tras la cirugía, si no presenta náuseas o vómitos aumentaremos progresivamente la ingesta. Al día siguiente podrá comer y beber con normalidad de acuerdo a sus necesidades y enfermedades crónicas.

4. CONTACTO INFORMATIVO

Esperamos que, con estos consejos, su paso por el hospital sea lo más rápido y feliz posible. Queremos ayudarle a evitar las complicaciones postoperatorias y a que recupere su situación normal previo al ingreso lo antes posible.

Estamos a su disposición para cualquier aclaración que precise. Puede localizar al facultativo que le vio en la consulta en el teléfono: 91 191 66 23