

RICA



GUÍA DE INFORMACIÓN AL PACIENTE VIA RICA:

Recuperación Intensiva

en Cirugía del Adulto:

HEMODINÁMICA. INTERVENCIONISMO PERCUTÁNEO

GUÍA DE INFORMACIÓN AL PACIENTE VIA RICA:

Recuperación Intensiva en Cirugía del Adulto:

HEMODINÁMICA. INTERVENCIONISMO PERCUTÁNEO

Pertenece a: _____

Su enfermera RICA se llama: _____

Consulta de Enfermería de Valvulopatías

 **91 336 87 40**

Horario de lunes a viernes de 8 a 15 horas



OBJETIVOS Y ETAPAS



La **colaboración activa** del paciente y sus familiares o cuidadores durante todas las fases de este proceso es muy importante para una buena recuperación de su intervención.

PREPARACIÓN PREVIA AL INGRESO

1. Abandono hábitos tóxicos

El consumo de tabaco y de alcohol aumenta el riesgo de complicaciones postoperatorias.

Debería abandonarlos o intentar reducir al máximo, al menos 3-4 semanas antes de la intervención.

Si precisa ayuda, contacte con su Centro de Salud.



2. Ejercicio físico y fisioterapia respiratoria

Fisioterapia respiratoria:

Optimiza el funcionamiento del aparato respiratorio, facilita la movilización de secreciones y reduce el riesgo de complicaciones pulmonares debido a la intubación, ventilación mecánica y el reposo en cama.



Fisioterapia motora:

El ejercicio ayudará a mejorar la oxigenación, facilitando la posterior reparación y regeneración de los tejidos.

Intente caminar diariamente, parando si nota fatiga.



3. Nutrición preoperatoria

Llegar al día de la intervención con un buen estado nutricional es fundamental para disminuir el riesgo de infecciones, facilitar la cicatrización de las heridas y conseguir una recuperación más rápida.

La enfermera valorará su estado nutricional y le dará las pautas a seguir. Si requiere suplementación en forma de batidos, le indicará cómo tomarlos.



NUTRIENTE	ALIMENTOS	FRECUENCIA	FUNCIÓN
Proteínas Alto valor biológico	Carnes Pescado Huevos Lácteos	Incluir en cada comida	Reparan tejidos Cicatrizan heridas
Antioxidantes	Fruta Verdura	5 raciones/día	Fortalecen el sistema inmune
Omega 3	Pescado Azul Semillas de Lino	2-3/semana	Potente antiinflamatorio
	Nueces	Puñado/día	

4. Higiene corporal y bucal

La piel y mucosas deben estar en las mejores condiciones de limpieza para disminuir el riesgo de infecciones; es necesario mantener una **buena higiene corporal y bucal de manera diaria**.

Además, debe realizar los siguientes **cuidados para prevenir la infección por *Staphilococcus Aureus***:

El S. Aureus es una bacteria que puede ser causa de infección de la herida quirúrgica.

- **Descolonización faríngea** con enjuague bucal después de cada comida principal con colutorio de clorhexidina. (*Lacer, Perio-aid...*)
- **Descolonización tópica** con pomada de mupirocina. Aplicar en ambas ingles y cara interna de los muslos. 2 veces al día.
- **Descolonización nasal** con mupirocina. Aplicar una pequeña cantidad, del tamaño de un grano de arroz, en cada fosa nasal. Masajear por la parte de fuera de la nariz. Realizar 2 veces al día durante los 4-5 días previos al procedimiento.

No deberá rasurarse en su domicilio, si lo precisa, se le rasurará en el hospital.

5. Impacto emocional de la cirugía

La preparación psicológica en personas que van a someterse a una intervención tiene como objeto prevenir y disminuir emociones tales como la ansiedad, el estrés y el temor.

Es normal sentir cierto nerviosismo, y desde esta consulta se le va a animar a verbalizar sus miedos y sus dudas, proporcionándole la información necesaria en cada caso y acompañándole en todas las etapas del proceso.

En la última página de esta guía, dispone de un teléfono donde puede contactar con la enfermera antes y después de la intervención, para resolver sus dudas o preocupaciones.

Le recomendamos dedicar unos minutos al día a la realización de **ejercicios de meditación o mindfulness**. Le ayudarán a relajar la mente y a acudir más tranquilo al procedimiento.



INGRESO EN EL HOSPITAL

Es recomendable traer una lista de su tratamiento médico, la propia medicación para unos días, sus productos de aseo personal y zapatillas de casa cerradas.

Recuerde traer el incentivador respiratorio para seguir realizando los ejercicios de fisioterapia respiratoria durante su estancia en el hospital. Si duerme con CPAP también deberá traerla.

De precisararlo, su médico le habrá indicado la necesidad de suspender algún medicamento que usted tome de forma habitual.

Según proceda, ingresará el mismo día de la intervención o el día de antes.



De lunes a viernes:

**INGRESOS
PROGRAMADOS**

(PLANTA -1 CENTRO)

En caso de ingresar
en festivo:

**ADMISION DE
URGENCIAS**

(PLANTA -3 CENTRO)

Se le entregará una pulsera identificativa y la ubicación de su habitación de hospitalización; allí le recibirá el personal de enfermería que le dará las indicaciones necesarias.

1. Ayuno preoperatorio

La enfermera valvular le entregará un batido de una bebida rica en hidratos de carbono, que debe tomar el día antes de la intervención.

Esta pauta puede cambiar si usted tiene Diabetes.

La noche antes de la intervención podrá tomar alimentos sólidos hasta las doce de la noche.

Desde las doce de la noche hasta las 6 de la mañana del día de la intervención, puede beber hasta un vaso de agua.

2. Preparación de la piel y mucosas

El día de la intervención realizará:

- **Baño o ducha antes de la intervención.**
- Cepillado de dientes y enjuague bucal con un **colutorio de clorhexidina.**

ESTANCIA EN EL HOSPITAL

A la salida de hemodinámica pasará a una sala de recuperación (Unidad Coronaria).

Después de la intervención el equipo de profesionales que le atenderá en planta, le irá indicando cuales deben de ser los pasos para su recuperación día a día.

Recuerde, su colaboración e implicación son clave para su recuperación.

Para ayudar a prevenir las posibles complicaciones características de toda intervención trabajaremos en estos campos:

1. Movilización precoz
2. Nutrición temprana
3. Ejercicios de fisioterapia respiratoria
4. Analgesia y control analítico

Mobilización precoz

Este es un punto importante y diferente con respecto al manejo del postoperatorio en las cirugías tradicionales.

En este programa usted podrá levantarse después de la operación y caminar antes de lo habitual según se le vaya indicando:



- **Día de la intervención:** tras la intervención, deberá guardar reposo en cama hasta el día siguiente.
- Al **día siguiente** de la intervención, el personal de enfermería le ayudará a incorporarse para sentarse en su **sillón**.
- Los **días sucesivos** podrá ir caminando de manera progresiva.
- La **privación del sueño** está relacionada con trastornos de la salud. Mantenerse **activo durante el día** le va a ayudar a mejorar su higiene del sueño y favorecer el descanso nocturno.

Nutrición temprana

Otro de los principios básicos de este programa es el inicio de la **tolerancia precoz**.

Como norma general, el médico indicará cual es el momento de iniciar la nutrición, siempre que el paciente lo tolere de forma adecuada.



Pasadas 6-8 horas desde la intervención, y si no existe contraindicación, **se iniciará con agua**, progresando a lo largo de las horas a dieta líquida, blanda hasta conseguir la tolerancia completa con dieta normal.

Esto sería lo habitual, pero siempre se adaptará a las condiciones de cada paciente.

Una nutrición adecuada es primordial para su recuperación tras una situación de estrés metabólico como es la intervención realizada.

Fisioterapia respiratoria y motora

Pretendemos:

- Prevenir neumonías
- Movilizar la mucosidad para que pueda expulsarla fácilmente
- Mejora de la función de los músculos respiratorios
- Mejora de la capacidad pulmonar, lo que va a favorecer en todo caso la entrada de aire en los pulmones.

¿Cómo?

1. Expiración prolongada para vaciar todo el aire de los pulmones.
2. Aguantamos sin coger aire e introducimos boquilla en la boca, rodeándola con los labios.
3. Inspiramos aire manteniendo la velocidad de flujo en la cara sonriente.

¿Cuántas veces al día?

Lo habitual son **5 minutos cada hora.**

Recuerde que le conviene moverse y caminar si no se lo han contraindicado.



Control analgésico

El control del dolor es fundamental en la recuperación del paciente sometido a una intervención.

Si tiene dolor, no dude en comunicárselo al personal de enfermería.



Diariamente se evaluará su estado general por parte de su médico y el personal de enfermería.

Alta hospitalaria

- Su médico le comunicará la fecha de alta con tiempo suficiente para prepararse, facilitará las citas para revisión y añadirá en su tarjeta sanitaria la medicación que precise.
- Le entregaremos un informe de alta médica y un informe de cuidados de enfermería.
- Se informará a usted y su familia, de forma verbal, clara y precisa, sobre los cuidados que debe recibir y el seguimiento al que será sometido.



RECOMENDACIONES RICA EN EL DOMICILIO

- Tras el alta recibirá un informe médico con el tratamiento detallado que debe seguir. Tome solamente lo que le hayan recetado.
- No deje de tomar la medicación nunca por su cuenta ni empiece a tomar ningún tratamiento sin consultar al especialista o a su médico de Atención Primaria.
- Las heridas en las zonas de punción han de estar limpias y secas. Lavar con agua y jabón neutro y una vez secas, dejarlas al aire, a no ser que se le indique lo contrario. Una vez retirados los puntos de sutura, hidrate la zona de la herida con aceite de rosa de mosqueta o crema.
- Lleve un estilo de vida lo más activo posible haciendo una incorporación progresiva a la actividad. Se recomienda salir a caminar a diario incrementando paulatinamente la distancia recorrida y/o el tiempo si no tiene contraindicación.

- Realice los ejercicios respiratorios indicados por su enfermera.
- Siga una dieta equilibrada y saludable. Si necesita una dieta especial, le darán las recomendaciones necesarias.



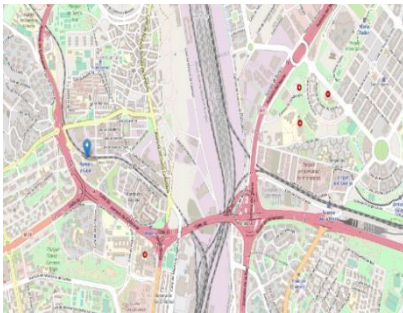
- Acudirá a la consulta de enfermería de valvulopatías al mes del alta, para realizar electrocardiograma de control, vigilancia de las heridas quirúrgicas y resolución de dudas. Asimismo, se revisarán las siguientes citas médicas.
- Seguimiento por el cardiólogo a los tres meses post-intervención.

- Deberá acudir a urgencias o a su Centro de Atención Primaria si presenta alguno de los signos de alarma:
 - Secreción de pus, enrojecimiento, hinchazón o molestias importantes en las zonas de punción.
 - Fiebre
 - Aumento brusco o progresivo de la fatiga, o falta de aire, sobre todo si se produce en reposo.
 - Dolor torácico similar a la angina de pecho.
 - Palpitaciones rápidas.
 - Pérdida brusca de conocimiento.
 - Dificultad para hablar o entender lo que se le dice, aunque sea transitorio.
- En caso de dudas, contactar con su Enfermera RICA de lunes a viernes, en horario de 8 a 15 horas, en el número de teléfono: **91 336 87 40**.





Hospital Universitario Ramón y Cajal



Ctra. de Colmenar Viejo
km 9,100. 28034-Madrid

Cercanías: Estación Ramón y Cajal

Metro: Línea 10 - Estación Begoña

Autobús: EMT 125, 135, 165 y 166



Consulta de enfermería de Valvulopatías

Horario de lunes a viernes de 8:00 a 15:00

Planta 3ª Izq. ☎ 91 336 87 40

