

LISTA DE VERIFICACION DE HORARIOS DE CITAS Y PROGRAMA

Lleve esta carpeta a todas las citas previas a la cirugía/al procedimiento

Esta página es para que anote todas sus citas. Tenga en cuenta que es posible que no necesite todos los tipos de citas que se mencionan a continuación. Asegúrese de preguntarle a su médico.

Fecha de la cirugía/del procedimiento: _____ Lugar: (marque el lugar que se le asignó) <input type="checkbox"/> 4867 Sunset Blvd., 1.º piso - Quirófano (OR) <input type="checkbox"/> 4760 Sunset Blvd., 2.º piso - Centro de Cirugía Ambulatoria (ASC) (ingreso en el 1.º piso)	
A <input type="checkbox"/> Cita para la autorización médica con un médico de atención primaria Fecha: _____ Hora: _____ Lugar: _____ Proveedor de atención médica: _____	D <input type="checkbox"/> Cita de Centro de preadmisión 1505 N. Edgemont Street, 1.º piso Los Angeles, CA 90027 Fecha: _____ Hora: _____
B <input type="checkbox"/> Clase de preparación para la cirugía Fecha: _____ Hora: _____ Lugar: _____	E <input type="checkbox"/> Cita posquirúrgica Fecha: _____ Hora: _____ Lugar: _____ Proveedor de atención médica: _____
C <input type="checkbox"/> Cita prequirúrgica Fecha: _____ Hora: _____ Lugar: _____ Proveedor de atención médica: _____	Cómo cancelar su cirugía Si necesita cancelar su cirugía o procedimiento, llame al 1-833-574-2273 (1-833-KP4CARE) (línea TTY 771) y deje un mensaje para su cirujano. También puede comunicarse con el coordinador de cirugías. (se adjunta su tarjeta)

PLANIFICACIÓN PARA LA CIRUGÍA

Índice

1

CÓMO LLEGAR

- Información sobre el estacionamiento
- Ingreso y comidas y bebidas

2

CÓMO PLANIFICAR CON ANTICIPACIÓN

- Instrucciones especiales - ADULTOS Y NIÑOS
- Preparación y sugerencias de seguridad para el hogar - ADULTOS Y NIÑOS

3

INFORMACIÓN IMPORTANTE PARA LA CIRUGÍA

- Información de admisión y el traslado a su casa - ADULTOS Y NIÑOS
- Cómo cancelar su cirugía

4

ANTES DE LA CIRUGIA

- Lista de verificación sobre instrucciones para la dieta - ADULTOS Y NIÑOS

5

ANTES DE LA CIRUGÍA

- Control del dolor - ADULTOS Y NIÑOS
- Qué se debe llevar/usar - ADULTOS
- Qué se debe llevar/usar - NIÑOS
- Cómo preparar la piel: lista de verificación - ADULTOS Y NIÑOS

6

DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

- Control del dolor - ADULTO
- Control del dolor - NIÑOS
- Recuperación en la casa - ADULTOS Y NIÑOS

7

PREGUNTAS FRECUENTES

- Preguntas Frecuentes - ADULTOS Y NIÑOS

8

NOTAS

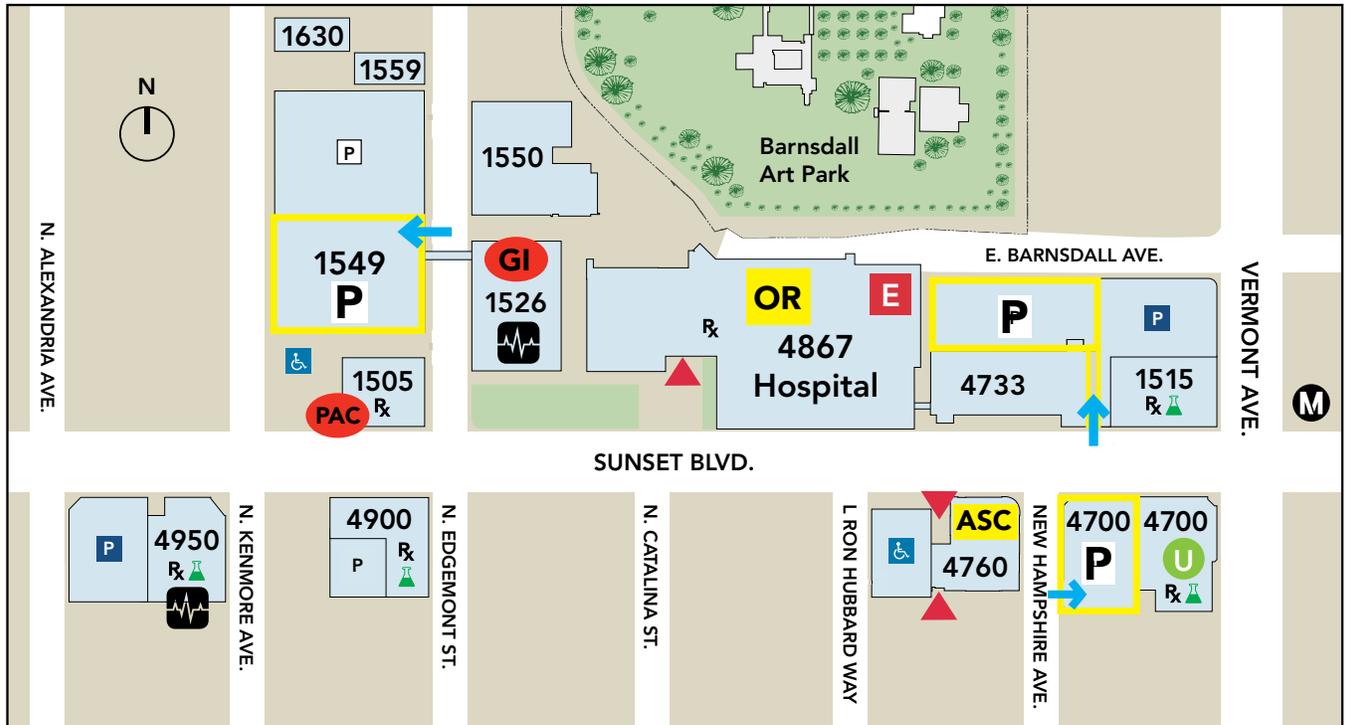
- Preguntas y notas que puede tener

BIBLIOGRAFÍA

- Instrucciones por anticipado para la atención médica - ADULTOS

CÓMO LLEGAR

Información Sobre el Estacionamiento

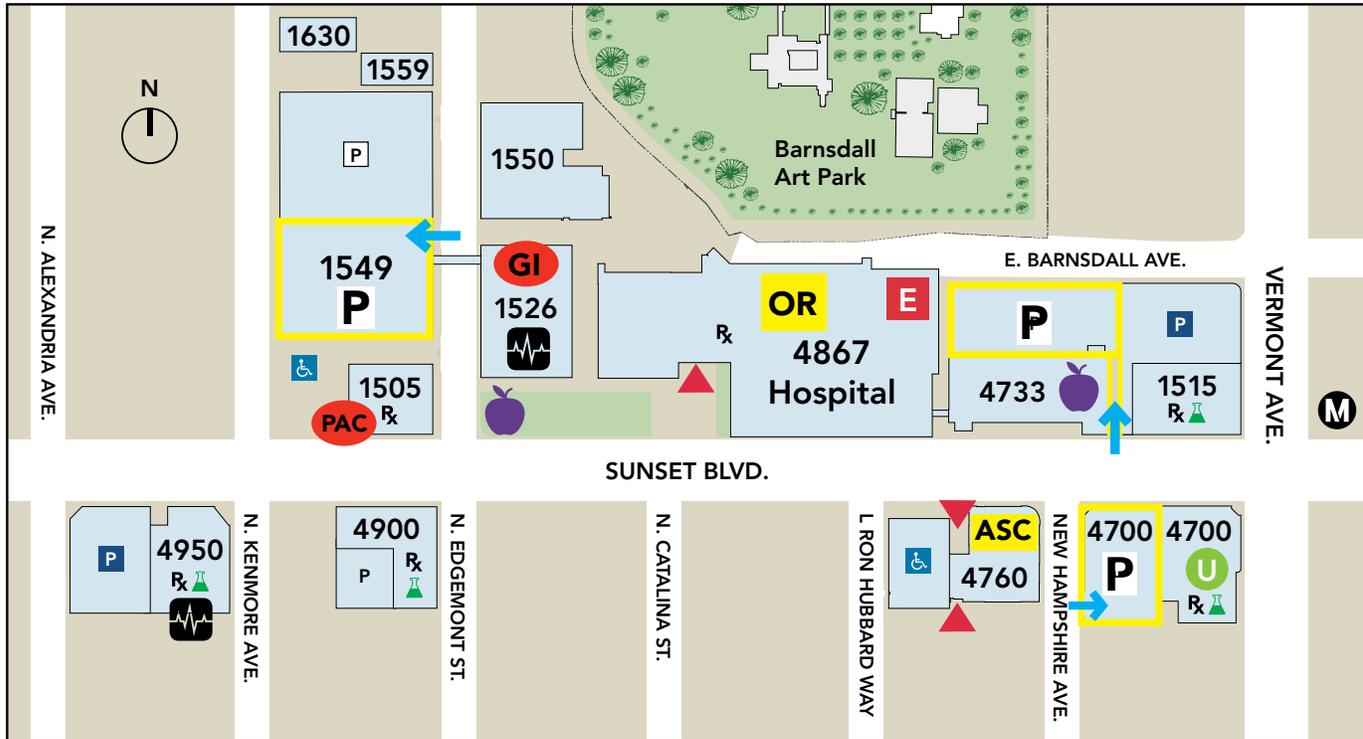


- Estacionamiento **P**
- Farmacia **Rx**
- Laboratorio
- Electrocardiograma
- Áreas de recogida e ingreso de pacientes
- Entrada al estacionamiento
- Se aplican tarifas de estacionamiento
- ¿Necesita ayuda?
Llame al operador del hospital:
(323) 783-3463
- Validación para el estacionamiento prolongado durante 3 días o más:
 - Si su hospitalización dura más de 3 días, un vehículo por familia, por día, se puede validar en el mostrador de información de seguridad del lobby del hospital.
 - Si tiene preguntas sobre la validación del estacionamiento prolongado, llame al Departamento de Seguridad del Hospital **(323) 783-5965**.
- Información sobre el servicio de aparcacoches (los precios están sujetos a cambios)
 - Numero de teléfono: **(323) 953-5152**
 - Horario de atención:
de Lunes a Viernes; de 9 a.m. a 6 p.m.



CÓMO LLEGAR

Ingreso, y Comidas y Bebidas



Ingreso al Campus

- Quirófano (OR) principal
OR 4867 Sunset Blvd., 1^o piso
- Ingreso en el 1.º piso, Admisiones, Sala 12
- Ambulatory Surgical Center (ASC)
ASC 4760 Sunset Blvd., 2^o piso
- Ingreso en el 1.º piso, Lobby
- Centro de preadmisión (PAC)
PAC - 1505 Edgemont St., 1.º piso
- Clínica de Gastroenterología (GI)
GI - 1526 Edgemont St., 6.º piso

Comida y bebida en el Campus

- Rejuv(n)ate Café 
4733 Sunset Blvd., 2.º piso
Los Angeles, CA 90027
Horario de atención:
de Lunes a Viernes; de 7 a.m. a 8 p.m.
Sábados y Domingos; de 8 a.m. to 2 p.m.
- Aromas Coffee 
La cafetería al aire libre se encuentra al sur del 1526 de Edgemont St. Cerca de la salida de la entrada principal del hospital.
Horario de atención:
de Lunes a Viernes; de 6 a.m. a 5 p.m.
Sábados y Domingos; de 6:30 a.m. a 2 p.m.

CÓMO PLANIFICAR CON ANTICIPACIÓN

Instrucciones Especiales - ADULTOS Y NIÑOS



Siga las normas generales que se describen a continuación y pregunte a su médico habitual (médico de atención primaria) o cirujano qué medicinas debe usar y cuáles debe interrumpir antes de la cirugía.

Medicinas or Hierbas Medicinales para Adultos

- DEJE DE TOMAR las medicinas antiinflamatorias (tales como Motrin, Advil, Naproxeno, Excedrin) 10 días antes de la cirugía. Puede usar Tylenol para el dolor.
- También deberá dejar de tomar algunas medicinas de venta sin receta (venta libre) al menos 14 días antes de la cirugía. Pregunte a su médico cuáles debe dejar de tomar.
- DEJE DE TOMAR todas la medicinas a base de hierbas al menos 14 días antes de la fecha de la cirugía. Las medicinas a base de hierbas pueden causar sangrados y/o problemas con la anestesia.
- DEJE DE TOMAR todos los comprimidos de dieta 14 días antes de la fecha de la cirugía.

Cumadina u otras medicinas anticoagulantes

- Algunas medicinas aumentan el riesgo de sangrado (por ejemplo: aspirina, Cumadina (warfarin), Pradaxa, Lovenox*). Avísele a su cirujano qué medicinas está tomando, incluidas las medicinas base de hierbas.
- Entre 10 días y 4 semanas antes de la cirugía, comuníquese con la clínica de cumadina al (323) 783-8293 para informarles de su próxima cirugía (fecha de la cirugía). La clínica de cumadina se comunicará con usted para presentarle un plan desarrollado por el farmacéutico para administrar la cumadina antes, durante y después de la cirugía.
- Si está tomando anticoagulantes (anticoagulantes orales directos o direct oral anticoagulants, DOAC) se hará una remisión a la farmacia de DOAC de la zona. Se comunicarán con usted para indicarle cómo administrar los anticoagulantes.

**Kaiser Permanente no recomienda los medicamentos o productos mencionados. Las marcas comerciales que se mencionan se incluyen solamente para facilitar su identificación.*



CÓMO PLANIFICAR CON ANTICIPACIÓN

Instrucciones Especiales - ADULTOS Y NIÑOS

Medicinas o Hierbas Medicinales para Niños

- Se debe administrar a los niños todos los medicamentos recetados orales o inhalados el día de la cirugía.
- DEJE DE ADMINISTRARLE todas las medicinas o los suplementos a base de hierbas 14 días antes de la cirugía.
- DEJE DE ADMINISTRARLE todos los estimulantes para el trastorno de hiperactividad con déficit de atención (Attention Deficit Hyperactivity Disorder, ADHD) el día de la cirugía. Estos incluyen los siguientes:
 - ~ Dextroamfetamina+ Amfetamina (Adderall and Adderall XR)
 - ~ Metifenidato (Ritalin) ~ Lisdexanfetamina (Vyvanse) ~ Armodafinilo (Nuvigil)

Si Tiene Diabetes

- Asegurese de controlar el nivel de azúcar en la sangre.
- Si el nivel de azúcar en la sangre no está dentro del rango normal se puede reprogramar la cirugía.
- **NO** use estas medicinas la mañana de la cirugía:
 - ~ Pastillas para la diabetes ~ Insulina Regular "R" ~ Insulina Lispro (Humalog)
- Si usa insulina por la mañana, puede usar hasta la mitad de la insulina NPH ("N") o de la insulina glargina (Lantus). Si en cualquier momento el azúcar en la sangre es demasiado bajo, tome jugo de manzana, Gatorade o comprimidos de glucosa.
- Visite kp.org/diabetes (haga clic en Español) para obtener más información.

Si Fuma, Usa Cigarrillo Electrónico o Masca Tabaco

- DEJE de fumar por completo por lo menos 1-2 mese antes de la cirugía para minimizar el riesgo de problemas de salud tales como la neumonía y la mala cicatrización de las heridas. No fume durante al menos 3 meses después de la cirugía.
- Hable con su medico habitual (medico de atencion primaria) para obtener informacion sobre recursos y herramientas para ayudarle a dejar de fumar.

CÓMO PLANIFICAR CON ANTICIPACIÓN



Instrucciones Especiales - ADULTOS Y NIÑOS

Si Fuma, Usa Cigarrillo Electrónico o Masca Tabaco (continuación)

- Llame al 1-866-862-4295 para hacer una cita con un asesor de bienestar de nuestro programa Wellness Coaching by Phone (programa telefonico de asesoramiento en bienestar) o visite kp.org/quitsmoking (haga clic en Español).
- También puede tomar una clase para dejar de fumar en nuestro departamento Centro para una Vida Sana. Para obtener más información o para inscribirse en una clase, llame al (323) 783-4472.
- **Para los padres/tutores legales de los niños:** La exposición de los niños al tabaco (fumar alrededor de ellos) puede causar problemas de salud tales como la neumonía y mala cicatrización de heridas después de la cirugía. DEJE de exponer a su hijo al tabaco al menos un mes antes de la cirugía y durante al menos 3 meses después de la cirugía.

Si Toma Bebidas Alcohólicas

- DEJE de beber cerveza, vino y bebidas alcohólicas 2 días antes de la cirugía, ya que pueden interferir con la anestesia y causar problemas quirúrgicos.
- Si cree que toma bebidas alcohólicas en exceso, comuníquelo a su cirujano y a su anestesiólogo.

Cómo Mantenerse Activo

- Camine o manténgase activo. El movimiento ayuda a su cuerpo a recuperarse.

Salud Dental

- La clave para una buena salud dental es hacer revisiones dentales habituales y limpiezas cada seis meses.
- Realícese cualquier trabajo dental necesario entre 4 y 5 semanas antes de la cirugía.
- No debe tener infecciones dentales o en las encías para poder someterse a la cirugía.
- Si tiene dentadura postiza completa (superior e inferior) no será necesario ningún requisito especial.



CÓMO PLANIFICAR CON ANTICIPACIÓN

Instrucciones Especiales - ADULTOS Y NIÑOS

Otras Afecciones Médicas

Llame al consultorio del cirujano si tiene...

- Infección del tracto urinario no tratada o en tratamiento.
- Nuevo comienzo de un problema médico.
- Visitas recientes a la sala de emergencias o visitas de atención de urgencia.
- Salpullido, cortes o heridas en la piel.



CÓMO PLANIFICAR CON ANTICIPACIÓN

Preparación y Sugerencias de Seguridad para el Hogar - ADULTOS Y NIÑOS

Hacer los arreglos en el hogar, conseguir el equipo y el apoyo de su familia antes de la cirugía, facilitará su vuelta a su casa. Aquí le presentamos algunas sugerencias.

Provisiones

Compre provisiones, suministros y comidas fáciles de preparar.

Comidas

Prepare sus comidas con anticipación y guárdelas en el congelador para sarlas cuando vuelva del hospital a su casa.

Despeje el Paso

Elimine el desorden o algunos muebles para tener un espacio amplio que le permita caminar fácilmente por su casa. Asegúrese de que haya suficiente espacio para andar por el área de la sala de manera segura.

Peligros de Tropiezos

Sujete todos los cables sueltos (electricos o del telefono) al suelo. Puede tropezarse facilmente con ellos.

Luces de Noche

Instale y use luces de noche en los pasillos, dormitorios y banos.

Pisos Resbaladizos

No encere los pisos. Puede hacerlos resbaladizos.

Alfombras

Retire todas las alfombras pequeñas y los tapetes del piso; puede tropezarse y caerse.

Alfombrillas Antideslizantes

Considere instalar alfombrillas o tiras antideslizantes en la regadera/la tina.

Pasamanos

Considere instalar pasamanos en la tina/la regadera/el inodoro si es necesario.

Puertas sin Seguro

Mientras esté en el baño, deje las puertas sin seguro en caso de que necesite ayuda.

Traslado a su Casa

Asegurese de planificar anticipadamente el traslado a su casa desde el hospital.

Cuidador

Si cree que va a necesitar ayuda, asegúrese de hacer los arreglos necesarios antes de la cirugía.



INFORMACIÓN IMPORTANTE PARA SU CIRUGÍA

Información Sobre la Admisión y el Traslado a su Casa -
ADULTOS Y NIÑOS

Hora de Ingreso para la Cirugía

- Puede recibir una llamada entre 1 y 4 días antes de la fecha de la cirugía para hacerle saber a qué hora debe ingresar al hospital para la cirugía o para hacer la preadmisión telefónica. Esto incluye la verificación/actualización de su dirección, número de teléfono y seguro médico, y la recaudación de los copagos que se deban al momento del servicio.
- Si no recibe una llamada antes de las 7 p.m. la noche previa a la cirugía, llame a la Oficina de Admisiones al (323) 783-5941.

Traslado Hasta su Casa

- Si va a volver a su casa el mismo día de la cirugía/del procedimiento, debe contar con un adulto responsable para que lo acompañe hasta su casa.
- Si se tiene que quedar en el hospital después de la cirugía/del procedimiento, asegúrese de hacer con anticipación los arreglos para el traslado a su casa desde el hospital.
- Lleve esta información el día de la cirugía/del procedimiento:

- Nombre del conductor:

- Número de contacto:

Servicio a los Miembros, Elegibilidad y Beneficios

- Comuníquese con Servicio a los Miembros al 1-800-464-4000 o al 1-800-777-1370 (línea TTY 771) para personas sordas, con problemas auditivos o del habla) para pedir información sobre su elegibilidad para la cobertura.
- Para obtener más información sobre su copago, llame a los asesores financieros al (323) 783-7163.
- El Departamento de Admisiones puede comunicarse con usted para iniciar el proceso de admisión y recaudar los copagos que se adeuden.

Cómo Cancelar su Cirugía/Procedimiento

- Si necesita cancelar su cirugía o procedimiento, llame al 1-833-574-2273 (1-833-KP4CARE) (línea TTY 771) y deje un mensaje para su cirujano.
- También puede comunicarse con el coordinador de cirugías. (Se adjunta su tarjeta.)
- Si cancela después de las 3 p.m. del día previo a la cirugía o al procedimiento, *inmediatamente* llame a la Oficina de Admisiones al (323) 783-5941.

ANTES DE LA CIRUGÍA

Lista de Verificación Sobre Instrucciones
para la Dieta - ADULTOS Y NIÑOS



**SI NO SIGUE ESTAS INSTRUCCIONES, ES POSIBLE QUE
SU CIRUGÍA SE DEMORE O SE CANCELE.**

SI ES DIABÉTICO, BEBA SOLO AGUA

Instrucciones para la Dieta en Adultos

- 2 horas antes de la hora de ingreso**, beba de 8 a 12 onzas (237 a 355 ml) de una bebida rica en carbohidratos. Bébala en 15 minutos. Beba cualquiera de las siguientes bebidas ricas en carbohidratos:
 - ~ Gatorade
 - ~ Jugo de manzana
 - ~ Clearfast
- NO** debe comer alimentos sólidos después de la medianoche. Sin embargo, puede beber las siguientes bebidas claras hasta 2 horas antes de la hora del ingreso:
 - ~ Gatorade
 - ~ Jugo de manzana
 - ~ Clearfast
 - ~ Agua
 - ~ *Café negro (sin crema/ni edulcorante)*
- NO** mastique chicle ni coma dulces después de la medianoche.
- DEJE** de tomar alcohol 2 días antes de la cirugía.

Instrucciones para la Dieta en Niños

- Puede darle a su hijo leche o leche maternizada hasta **6 horas antes de la hora del ingreso**.
- Si está amamantando, puede darle a su hijo leche materna, hasta **4 horas antes de la hora del ingreso**.
- Dele a su hijo bebidas claras **2 horas antes de la hora del ingreso**.
 - Su hijo puede beber únicamente los siguientes líquidos claros:
 - ~ Gatorade
 - ~ Jugo de manzana
 - ~ Pedialyte
 - ~ Agua
- NO** permita que su hijo coma alimentos sólidos después de la medianoche.
- NO** permita que su hijo masque chicle o coma dulces/gomitas después de la medianoche.



ANTES DE LA CIRUGÍA

Lista de Verificación para Preparar la Piel- ADULTOS Y NIÑOS

Las bacterias en la piel son la causa más frecuente de infecciones de heridas posquirúrgicas. Con estas toallitas se limpiará su piel antes de la cirugía para ayudar a prevenir infecciones en el lugar quirúrgico. Las toallitas contienen un antiséptico llamado gluconato de clorhexidina (CHG). El CHG mata las bacterias de la piel que podrían causar una infección en la herida.

Información Importante

- En el caso de los **pacientes pediátricos**, consulte con el cirujano para que le dé instrucciones sobre la preparación de la piel.
- Tendrá que hacer esta limpieza en la piel la **noche anterior y la mañana de la cirugía**.
- **NO** permita que la toallita entre en contacto con los ojos, las orejas, la boca, la zonas genital y rectal y con la colostomía, si tiene una.
- **NO** arroje las toallitas al inodoro, ya que obstruirán las tuberías.
- **NO** se afeite ninguna parte del cuerpo debajo del cuello, al menos (3) a (7) días antes de la cirugía.
- **NO** caliente las toallitas en el microondas. Los paquetes cerrados que contienen toallitas se pueden calentar remojándolos en agua caliente.
- **NO** se enjuague ni utilice lociones, talcos, desodorante ni maquillaje después de la preparación de la piel.
- Use las toallitas sobre la piel seca y fresca.

Indicaciones Sobre Cómo Usar las Toallitas con CHG

- Tome un baño de regadera. Deje que la piel se seque por completo. Luego use las toallitas.
- Cada paquete contiene 2 toallitas con CHG. Abra los 3 paquetes de toallitas con CHG.
- Con suavidad limpie muy bien cada parte del cuerpo, con un movimiento hacia delante y hacia atrás. Use una toallita para cada parte del cuerpo (vea el diagrama en la página siguiente).

ANTES DE LA CIRUGÍA

Lista de Verificación para Preparar la Piel-
ADULTOS Y NIÑOS



Indicaciones Sobre Cómo Usar las Toallitas con CHG (continuación)

- USE LAS 6 TOALLITAS.
- Después de usar las toallitas es normal tener una sensación pegajosa o un poco de picazón durante varios minutos.
- **Después de usar las toallitas, deje que la zona se seque al aire durante un minuto. No se enjuague.**
- Póngase ropa o ropa de dormir limpia.

ANTES DE LA CIRUGÍA

✓ Lista de Verificación para Preparar la Piel- ADULTOS Y NIÑOS

Limpieza

La noche anterior
Mañana de
la cirugía

Marque cada casilla a medida que termina la limpieza de cada zona de la piel.

Toallita #1 Comience con el cuello, moviéndose hacia abajo hasta el pecho. Cuando termine con el pecho, comience por el hombro de cada brazo hasta terminar en las puntas de los dedos. Asegúrese de limpiarse las axilas.

Toallita #2 Comience en el estómago y continúe hacia abajo hasta las caderas derecha e izquierda, y después las ingles. *Asegúrese de limpiar cualquier pliegue o doblez del estómago o las ingles. (NO use esta toallita para limpiarse la zona genital.)

Toallita #3 Esta toallita es para la parte frontal de ambas piernas. Empiece por la parte superior de los muslos y avance hasta los dedos de los pies. Asegúrese de limpiar los pies y entre los dedos de los pies.

Toallita #4 Comience por la parte de atrás del cuello y limpie hacia abajo hasta la parte media de la espalda; después comience por la parte de atrás de los hombros y limpie hasta las manos.

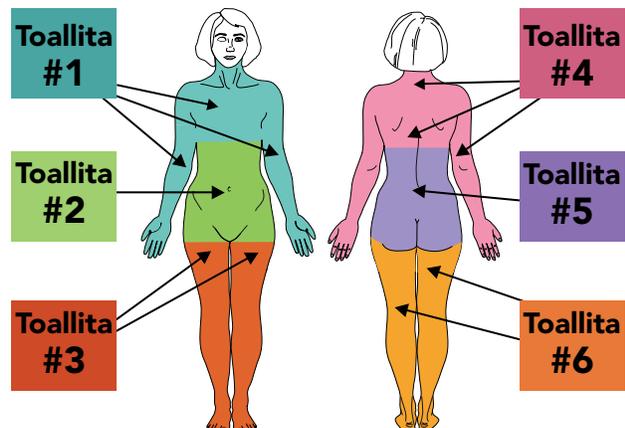
La noche anterior
Mañana de
la cirugía

Marque cada casilla a medida que termina la limpieza de cada zona de la piel.

Toallita #5 Comience en la parte media de la espalda y limpie hacia abajo hasta la parte baje de la espalda (NO use esta toallita para limpiarse la zona genital.) Continúe con las caderas derecha e izquierda.

Toallita #6 Esta toallita es para la parte posterior de las piernas. Comience justo por debajo de las nalgas; limpie hacia abajo, por detrás de las rodillas y las pantorrillas, terminando en los talones.

Use el diagrama a continuación como ayuda visual



ANTES DE LA CIRUGÍA

Control del Dolor - ADULTOS Y NIÑOS



Cuando se recupere de la cirugía puede sentir dolor, pero hay formas de controlar las molestias. **Estar preparado le ayuda a estar en control.**

Haga Preguntas

Pregunte a su médico o enfermero sobre lo que puede esperar después de la cirugía. Quizás quiera escribir sus preguntas antes de reunirse con el médico o el enfermero.

- ¿Habrá mucho dolor después de la cirugía?
- ¿Dónde se producirá el dolor?
- ¿Cuánto tiempo durará el dolor?
- ¿Cuáles son los efectos secundarios?

Consulte sus Opciones

Informe a su médico o enfermero acerca de:

- Los métodos para control del dolor que anteriormente han funcionado bien o que no funcionaron bien para usted.
- Las preocupaciones que pueda tener sobre las medicinas para el dolor.
- Alergias a las medicinas.
- Medicinas que toma para otros problemas de salud. Los médicos y los enfermeros necesitan saberlo porque la mezcla de algunos medicamentos con determinadas medicinas para el dolor puede causar problemas.

Hay muchas formas de controlar el dolor que no implican medicinas:

- Relajación y respiración profunda.
- Visualización - tenga pensamientos positivos y sanadores.
- Distracción - vea TV, escuche música, lea.
- Modifique la posición de su cuerpo.



ANTES DE LA CIRUGÍA

Qué se Debe Llevar/Usar - ADULTOS

Le aconsejamos que NO lleve grandes cantidades de dinero en efectivo ni objetos de valor, tales como dispositivos electrónicos y joyas. No nos hacemos responsables de la pérdida de sus objetos personales. Si alguien lo acompaña el día de la cirugía/del procedimiento, puede pedirle que cuide sus objetos de valor.

Lo Que Debe Llevar/Usar

- Su tarjeta de Kaiser Permanente
- Una identificación con fotografía (licencia de conducir, pasaporte, tarjeta de identificación emitida por el gobierno)
- El nombre y el número de teléfono de la persona que lo llevará a su casa
- El nombre del cuidador
- Tarjeta de crédito, tarjeta de débito, suficiente dinero en efectivo o un cheque para hacer cualquier copago que se adeude el día de la cirugía/del procedimiento
- Una copia de sus instrucciones por anticipado completadas
- Una ropa cómoda que pueda cambiarse fácilmente

Lo Que NO Debe Llevar/Usar

- Ninguna joya incluidos los *piercings* en el cuerpo
- Dinero extra o demasiado dinero
- Lociones para la cara (humectante, filtro solar, etc.)
- Colonia/Perfume
- Si usa lentes de contacto, anteojos, dentadura postiza o audífonos, puede traerlos. Asegúrese de llevar su estuche protector y esté listo para quitárselos antes de la cirugía.
- Loción corporal
- Pinzas para el cabello
- Desodorante
- Maquillaje
- Productos para el cabello (gel, *mousse*, aceite, laca, etc.) **Estos elementos podrían ser inflamables.**

ANTES DE LA CIRUGÍA

Qué se Debe Llevar/Usar - NIÑOS



Uno de los padres o un tutor legal debe acompañar al niño al hospital. Le aconsejamos que NO lleve objetos de valor, tales como dispositivos electrónicos y joyas. No nos hacemos responsables de la pérdida de los objetos personales de su hijo. Si otra persona que no sea usted acompaña a su hijo el día de la cirugía/del procedimiento, se le puede pedir que cuide los objetos de valor de su hijo.

Lo Que se Debe Llevar/Usar

- La tarjeta de Kaiser Permanente de su hijo
- Si su hijo usa lentes de contacto, anteojos o audífonos, puede traerlos. Asegúrese de llevar su estuche protector y esté listo para quitárselos antes de la cirugía
- Puede traer cualquier artículo de consuelo (juguetes, libros, cobijas) para calmar a su hijo antes de la cirugía
- El día de la cirugía, póngale ropa cómoda que pueda cambiarse fácilmente

Lo Que NO Debe Llevar/Usar

- Ninguna joya incluidos los *piercings* en el cuerpo
- Lociones para la cara (humectante, filtro solar, etc.)
- Loción corporal
- Pinzas para el cabello
- Productos para el cabello (gel, mousse, aceite, laca, etc.)
Estos elementos podrían ser inflamables

Uno de los padres o un tutor legal debe acompañar al niño al que le harán la cirugía. Le pedimos que no lleve más niños menores de 12 años a menos que haya otro adulto para cuidarlos.



DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

Control del Dolor - ADULTOS

Si Se Va a Su Casa el Mismo Día de la Cirugía

- Estará en la sala de recuperación y de allí lo enviarán directamente a su casa.
- Tome la medicina para el dolor como le haya indicado su médico.

Si Tiene que Quedarse en el Hospital Después de la Cirugía

Pida Medicinas para el Dolor Cuando Empiece el Dolor

- Actúe tan pronto como empiece el dolor. Es más difícil aliviar el dolor una vez que se ha aguantado durante un tiempo. Este es un paso clave en el control del dolor.
- Si sabe que su dolor va a empeorar cuando empiece a caminar o a hacer ejercicios de respiración, tome la medicina primero.

Dolor Persistente

- Informe a su médico o enfermero sobre el dolor que no desaparezca después de que se administre la medicina.
- ¡No dude en hablar acerca de su dolor! Los médicos y enfermeros quieren y necesitan saber acerca de su dolor.

Medición del Dolor - Adultos

- Los médicos y los enfermeros pueden pedirle que evalúe su dolor en una escala de 0 a 10.
- Comunicar su dolor como un número ayuda a los médicos y enfermeros a saber si su tratamiento está funcionando bien y si deben hacer cambios o no.

DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

Control del Dolor - NIÑOS



Si su Hijo se Tiene Que Quedar en el Hospital Después de la Cirugía

Su Experiencia Con el Dolor

- Describir el dolor puede ser difícil para un niño. Se expresa y se experimenta en forma distinta de acuerdo con la edad, la cultura y el género. Un niño de más edad puede describir como se siente el dolor o decir cuándo viene y se va el dolor. En cambio, un niño pequeño puede decir que no se siente bien. Cuando alguien siente mucho dolor, se lo puede controlar y reducir hasta alcanzar un nivel aceptable. Sin embargo, puede ser imposible eliminarlo por completo.

¿Cuales Podrían ser los Signos de Dolor en su Hijo?

- Cambios en su comportamiento habitual; su hijo puede comer menos, estar molesto o inquieto y tener menos interacción y comunicación con otras personas.
- Llora desconsoladamente, gruñe o contiene la respiración.
- Expresiones faciales, tales como ceño fruncido, frente arrugada, ojos cerrados o aspecto enojado.
- Cambios en el sueño, tales como despertarse con frecuencia o dormir más o menos de lo habitual. Incluso los niños con dolor intenso pueden dormir siestas cortas porque están muy cansados.
- Movimientos corporales, tales como cerrar los puños, proteger una parte del cuerpo (especialmente al caminar), patear o agarrarse de quien lo esté cargando, o no moverse.

Nivel de Dolor Aceptable

- Cuando el enfermero u otros miembros del equipo de atención médica le preguntan cuál es el "nivel de dolor aceptable" de su hijo, están tratando de determinar en qué momento su hijo querría comenzar a recibir medicinas para el dolor, porque hay distintas medicinas diseñadas para tratar distintos niveles de dolor.

Como Informar Sobre el Dolor y Las Molestias

- Cuando su hijo tiene dolor, es importante que el proveedor de atención médica lo sepa de inmediato. Es más eficaz administrar medicinas para el dolor pronto, antes que esperar hasta que el dolor se haga intenso e insoportable.



DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

Control del Dolor - NIÑOS

¿Cómo Medimos el Dolor?

- Además de prestar atención a la palabras que su hijo puede usar para describir el dolor, también nos fijamos en las constantes vitales (frecuencia cardíaca, frecuencia respiratoria, etc.) y en las expresiones corporales. Usamos tres escalas para medir el dolor:
 - 1) Escala de calificación del dolor FACES (caras) de Wong-Baker (ver imagen a continuación)
 - 2) Escala numérica de calificación del dolor (0-10)
 - 3) Escala de dolor "FLACC"
- Para los pacientes más pequeños que no pueden hablar o no pueden relacionar la intensidad del dolor con los números, la escala FACES es una elección adecuada. Los médicos y los enfermeros podrían pedirle a su hijo que evalúe su dolor en una escala de 0 a 10 (imagen a continuación).
- Comunicar el dolor como un número ayuda a los médicos y enfermeros a saber si el tratamiento está funcionando bien y si deben hacer cambios o no.

Escala de Calificación del dolor FACES™ de Wong-Baker



¿Cómo Reducimos el Dolor del Niño?

- Aconsejamos a todos los cuidadores que participen en el tratamiento del dolor de la persona querida. Comprendemos que el dolor no es solo físico y contamos con un equipo dedicado a atender sus necesidades aquí en el hospital; especialistas en niñez, trabajadores sociales médicos, enfermeros, médicos, capellanes y voluntarios. Usamos el abordaje de las "3 P" (en inglés Physical, Psychological, and Pharmacological, es decir físico, psicológico y farmacéutico) para garantizar que se alcance el nivel de comodidad de su hijo.

¿Recuerda?

- Le recomendamos a usted y a su hijo que informen al equipo de atención cuál es su nivel de dolor.
- Usted tiene derecho a pedir una medicina para el dolor.

DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

Recuperación en la Casa - ADULTOS Y NIÑOS



En las 12 Horas Siguietes a la Cirugía

- Siéntese en la cama para ayudar a prevenir la neumonía.
- Comience a comer o a beber para reunir energía para sanar.
- Coma sentado en una silla.
- Lávese las manos regularmente.
- Cepíllese los dientes.
- Camine o manténgase activo. El movimiento ayuda a su cuerpo a recuperarse.
- La mejor forma de ayudar a prevenir los coagulos sanguineos y la neumonia es mantenerse activo y caminar cuando sea posible.

Atención de Rutina Que no es Urgente

Consulte la información a continuación. Si lo necesita, envíe un correo electrónico al médico por medio de kp.org/espanol, hable con el cirujano o llame al 1-833-574-2273(1-833-KP4CARE) (línea TTY 771) después del horario habitual de atención.

Estos son Síntomas Frecuentes Después de la Cirugía:

Dolor

- Es normal sentir un **poco** de dolor hasta que su cuerpo se cure. Que el dolor desaparezca por completo puede llevar de unos días a unas semanas. Siga las recomendaciones de su médico sobre las medicinas para el dolor. Medicamentos como el Tylenol y el Motrin, ayudan disminuir la cantidad de analgésicos narcóticos que se necesitan.

Estreñimiento

- Las medicinas para el dolor pueden causar estreñimiento. Beba mucho líquido, coma alimentos con un alto contenido de fibra y tome ablandadores fecales para evitar el estreñimiento.

Somnolencia y Mareos

- Es normal que tenga somnolencia y mareos después de la cirugía. No hay razón para preocuparse, pero tnega cuidado al levantarse.



DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

Recuperación en la Casa - ADULTOS Y NIÑOS

Atención de Rutina Que no es Urgente (continuación)

Náuseas y Vómitos

- Puede sentir náuseas e incluso vomitar. Tomar sus medicinas para el dolor con algún alimento puede ayudarle. Si no tolera el agua, llame al 1-833-574-2273 (1-833-KP4CARE) (línea TTY 771).

Dificultad para Orinar

- Si tiene dificultad para orinar y tiene la necesidad de hacerlo, trate de orinar varias veces. Busque atención médica llamando al 1-833-574-2273 (1-833-KP4CARE) (línea TTY 771) si no puede orinar y le pasa alguna de las siguientes cosas:
 - ~ Vejiga llena o pesada.
 - ~ Molestias o dolor al orinar.
 - ~ Sensación de urgencia (deseo inmediato de tener que orinar).
 - ~ Orina frecuentemente en pequeñas cantidades y no siente haber vaciado la vejiga.

Atención de Urgencia

Llame al 1-833-574-2273 (1-833-KP4CARE) (línea TTY 771) para que le den consejos. Si tiene una necesidad médica urgente, podemos indicarle a qué centro de atención debe acudir o podemos programarle una cita para el mismo día o el siguiente.

Una complicación que requiere atención médica inmediata pero que no es un problema médico de emergencia.

- Fiebre de más de 101.5° F (38.6°C) en adultos o fiebre de más de 100.4° F (38°C) en niños.
- Sangrado de color rojo fuerte que no se detiene (unas gotas de sangre ese normal)
- Signos de un coágulo de sangre:
 - ~ Dolor o enrojecimiento en las pantorillas, la parte posterior de las rodillas, los muslos o la ingle
- Puntos flojos
- Incisión abierta
- Dificultad para orinar

DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

Recuperación en la Casa - ADULTOS Y NIÑOS



Atención de Urgencia (continuación)

- Signos de infección:
 - ~ Dolor, hinchazón, calor or enrojecimiento
 - ~ Estrías rojas que salen de la incisión
 - ~ Pus que sale de la incisión
 - ~ Ganglios linfáticos inflamados

Atención de Emergencia

Llame al 911 si necesita atención de emergencia

Una afección médica que requiere atención médica inmediata.

- Perdida del conocimiento (desmayo)
- Problemas graves para respirar
- Dolor intenso en el pecho
- Sangrado intenso



PREGUNTAS FRECUENTES

Preguntas Frecuentes- ADULTOS Y NIÑOS

P. ¿Por qué es importante tomar una bebida de carbohidratos antes de la cirugía?

R. La bebida de carbohidratos le da la energía que necesita durante la cirugía y para empezar a sanar después. También ayudará a que sienta menos hambre y sed.

P. ¿Por qué se debe comer y tomar algo poco tiempo después de la cirugía?

R. La comida le da energía para sanar y recuperarse más rápidamente.

P. ¿Por qué debo sentarme y caminar poco tiempo después de la cirugía?

R. El movimiento puede prevenir coágulos de sangre y una neumonía, y puede ayudarlo sentirse mejor. Si se está recuperando en el hospital, le ayudaremos a sentarse en una silla para comer y a caminar distancias cortas. Si se está recuperando en su casa, siéntese en una silla para comer y levántese y camine de vez en cuando.

P. ¿Debo tomar la medicina para el dolor, aunque no me duela nada?

R. Sí, durante los primeros días después de la cirugía, tome las medicinas tal como le indicó su médico; así podrá prevenir el dolor, moverse y sanar más rápido. Es más difícil controlar el dolor cuando se omite una dosis de medicamento. Si necesita tomar medicinas opioides, también tome las recetadas para el estreñimiento.

P. ¿Por qué necesito ayuda en casa después de la cirugía?

R. Aunque generalmente se encargue de todo solo, puede necesitar ayuda en su casa para recuperarse en forma segura. Su ayudante puede ayudarlo con las comidas, las medicinas, la conducción del automóvil y otras actividades diarias.

P. ¿Por qué necesito dejar de fumar?

R. Fumar hace más lenta la curación y aumenta el riesgo de complicaciones. Dejar de fumar antes de la cirugía puede ser de gran ayuda. Ofrecemos asesoramiento y medicinas para ayudarlo a dejar de fumar. Para obtener más información, llame al 1-866-862-4295, Wellness Coaching by Phone (programa telefónico de asesoramiento en bienestar) o visite kp.org/centerforhealthyliving (haga clic en Español). Para acceder a nuestro programa en línea y gratuito para dejar de fumar, Breathe (respire), visite kp.org/vidasana.

