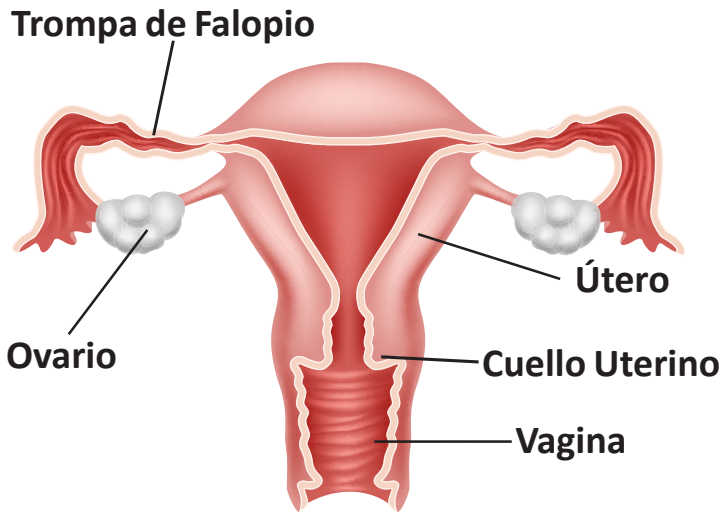




Guía sobre la cirugía ginecológica

Sistema reproductor femenino



¿Qué es la cirugía ginecológica?

La cirugía ginecológica es aquella que se relaciona con el sistema reproductor femenino. Incluye la vagina, las trompas de Falopio, los ovarios y el útero.

¿Cuáles son las cirugías más comunes?

- Histerectomía - extracción del útero
- Ooforectomía - extracción de los ovarios
- Salpingectomía - extracción de las trompas de Falopio
- Miomectomía - extracción de fibromas localizados en el útero o en torno a este (no se extrae el útero)




¿Cómo se realiza la cirugía?

Hay 3 maneras principales de realizar una cirugía ginecológica. Su cirujano/a le hablara sobre lo que es mejor para usted.

- Cirugía mínimamente invasiva
 - se realizan pequeñas incisiones en el abdomen (panza)
- Cirugía abierta
 - se realiza una incisión (un corte) de gran tamaño en el abdomen
- Cirugía vaginal
 - la cirugía se realiza principalmente a través de la vagina

Preparación; Alistándose para la cirugía:


Hoy

- ☐ Beba de 6 a 8 vasos de líquido, especialmente agua, cada día antes de la cirugía 
- ☐ Manténgase activo por al menos 15 a 20 minutos cada día 
- ☐ Limite el alcohol como la cerveza, el vino y el licor. No beba alcohol durante 24 horas (1 día) antes de la cirugía
- ☐ Deje de fumar 
- ☐ Si usted tiene diabetes, trabaje con su equipo de atención médica para tener el azúcar en la sangre bajo control
- ☐ Visite [BSWHealth.com/specialties/surgical-services](https://www.bswhealth.com/specialties/surgical-services) para más información

¿Sabía?

Beber líquidos, especialmente agua, y comer comidas saludables le ayudarán a su cuerpo sanarse después de la cirugía.

El día antes de la cirugía



- ☐ No beba alcohol
- ☐ Quítese todas las joyas, incluidos anillos y joyería corporal; deje los objetos valiosos en su casa
- ☐ Báñese con un producto antiséptico para la piel (gluconato de clorhexidina). Lávese todo el cuerpo, excepto la cara, el cabello y el área de los genitales con el producto antiséptico para la piel 

- **NO** se afeite
- **NO** use ponga lociones
- **NO** se ponga maquillaje ni perfumes

¿Sabía?

Seguir las instrucciones para lavarse el cuerpo antes de la cirugía ayuda a prevenir las infecciones después de la cirugía.

La mañana de la cirugía



- ☐ Báñese con un producto antiséptico para la piel (gluconato de clorhexidina). Lávese todo el cuerpo, excepto la cara, el cabello y el área de los genitales con el producto antiséptico para la piel 
- ☐ Deje de comer alimentos sólidos 8 horas antes de la cirugía
- ☐ Beba solo líquidos claros hasta 2 horas antes de la cirugía 
- ☐ Si se la indicaron, la bebida especial previa a la cirugía debe ser la última bebida que tome
Termine de tomarla a las _____
- ☐ Llegue al hospital a las _____
- **NO** se afeite
- **NO** use ponga lociones
- **NO** se ponga maquillaje ni perfumes

¿Sabía?



Es seguro y bueno para su cuerpo beber líquidos claros hasta 2 horas antes de la cirugía. Estos líquidos incluyen agua, bebidas para deportistas, jugos claros, café y té sin leche ni crema, paletas Popsicles®, Jell-O®, y la bebida especial previa a la cirugía.

Recuperación: Qué esperar mientras empieza la recuperación


Día de la cirugía

- ☐ Comience a manejar el dolor tomando medicamento por vía oral
- ☐ Beba líquidos 
- ☐ Coma, si puede
- ☐ Use un espirómetro de incentivo cada hora que esté despierta
- ☐ Tosa y respire profundamente
- ☐ Pase tiempo fuera de la cama 
- ☐ Comience a caminar

Día DESPUÉS de la cirugía en adelante

- ☐ Maneje el dolor tomando medicamento por vía oral
- ☐ Beba de 6 a 8 vasos de líquidos 
- ☐ Coma alimentos
- ☐ Coma todas sus comidas sentada
- ☐ Use un espirómetro de incentivo cada hora que esté despierta
- ☐ Tosa y respire profundamente
- ☐ Pase al menos 4 horas fuera de la cama 
- ☐ Camine por los pasillos al menos 4 veces al día

Antes de irse a su casa, deberá:

- ☐ Caminar de manera segura por los pasillos
- ☐ Comer y beber sin sentir náuseas ni vómitos
- ☐ Manejar el dolor tomando un medicamento por vía oral
- ☐ Poder orinar (hacer pipí) sin problemas
- ☐ Mostrar signos de que sus intestinos están funcionando
- ☐ Estar informada sobre los nuevos medicamentos 
- ☐ Saber cuándo está programada su visita de seguimiento



Resuma: Qué esperar cuando regresa a su casa

Manejo del dolor

- ☐ Es normal que tenga algo de dolor mientras está sanando
- ☐ Tómese los medicamentos según las instrucciones de su equipo de atención médica
- ☐ Use compresas frías, respire profundamente, camine y distráigase con pasatiempos como la música, para manejar el dolor



Bebidas

- ☐ Beba al menos de 6 a 8 vasos de agua todos los días para evitar deshidratarse
- ☐ Tenga cuidado con los signos de deshidratación como sentir cansancio excesivo, tener sequedad en la boca, sentir mareos, náuseas, orina (pipí) de color oscuro, y orinar en menos de la normal
- ☐ Beba agua si tiene alguno de los signos de deshidratación. Si usted no mejora después de beber agua, llame a su equipo de atención médica



Comida

- ☐ Coma alimentos saludables como vegetales cocidos, productos lácteos bajos en grasas, y proteínas como carne magra y pollo.



Actividad

- ☐ Aumente lo que hace cada día para volver a sus actividades normales
- ☐ Coma todas sus comidas sentada
- ☐ Esté al menos de 6 a 8 horas fuera de la cama durante el día
- ☐ Camine durante 15 minutos de 4 a 6 veces durante el día
- ☐ Descanse cuando sienta cansancio
- ☐ NO levante más de 10 libras hasta que su equipo de atención médica le diga que puede hacerlo.
- ☐ Pregúntele a su equipo de atención médica cuándo puede comenzar a hacer actividades tales como trotar, andar en bicicleta y levantar pesas



Manejo de vehículos

- ☐ NO maneje si está tomando medicamentos opioides.
- ☐ Para poder manejar de manera segura, debe poder usar un cinturón de seguridad y voltear el cuerpo para poder ver
- ☐ Pregúntele a su equipo de atención médica cuándo puede comenzar a manejar de manera segura

Regresando al trabajo

- ☐ Hable con su equipo de atención médica para decidir qué es mejor para usted. Volver al trabajo dependerá del tipo de trabajo que usted haga
- ☐ Aumente sus horas de trabajo lentamente

Qué esperar en casa

Todo lo siguiente es normal:

Incisión

- Enrojecimiento alrededor de la incisión
- Pequeña cantidad de drenaje alrededor de la incisión

Sangrado vaginal

- Pequeña cantidad de sangrado o goteo en cualquier momento de las primeras 3 semanas después de la cirugía. No debe ser tanto como para empapar una almohadilla femenina en 1 hora.
- Mayor sangrado al aumentar la actividad

Nivel de energía

- Más cansancio del lo normal

Algunas mujeres se van a su casa con una sonda urinaria que se retira en una visita de seguimiento. La hinchazón después de la cirugía puede causar dificultad para orinar (hacer pipí).

Cuidados de la incisión

- Lave el área suavemente con agua tibia y jabón todos los días en la ducha
- Seque el área dando palmaditas con una toalla limpia
- Si su incisión está drenando, cúbrala con una gasa seca y cinta médica, o cúbrala con una banda adhesiva (por ej., Band-aid®) – si no hay drenaje, deje la incisión descubierta
- Si le han puesto tiras de cinta sobre la incisión, deje la cinta colocada hasta que se desprenda sola
- Si tiene grapas en la incisión, estas serán retiradas en su visita de seguimiento de 7 a 14 días después de la cirugía
- Si usted tiene adhesivo quirúrgico en su incisión, este se desprenderá en 10 a 14 días

Mientras esté sanando:

- **NO** se ponga nada en la vagina hasta que su equipo de atención médica le diga que puede hacerlo
- **NO** mantenga relaciones sexuales hasta que su equipo de atención médica le diga que puede hacerlo
- **NO** use peróxido de hidrógeno o alcohol en la incisión
- **NO** se sumerja en un baño ni en una piscina hasta al menos 2 semanas después de la cirugía
- **NO** se ponga ungüentos, cremas o aceites sobre la incisión durante 6 semanas

A quién y cuándo llamar en caso de problemas

Llame al consultorio de su cirujano/a en los siguientes casos:

- Dolor que no mejora o que empeora
- Fiebre de más de 100.4 °F
- La incisión se abre o sangra
- La incisión se pone cada vez más roja o dura, o tiene pus
- Secreciones vaginales que tienen muy mal olor
- Coágulos de tamaño mayor que 2 pulgadas
- Orina (pipí) turbia o con muy mal olor
- Dificultad para orinar (para hacer pipí)
- No tiene movimientos intestinales durante 3 días
- Náuseas o vómitos constantes
- No mejora según lo esperado

Llame al 911 en los siguientes casos:

- Desvanecimiento
- Dolor de pecho repentino
- Falta de aliento que empeora

Para más información, visite este sitio:
[BSWHealth.com/specialties/surgical-services](https://www.bswhealth.com/specialties/surgical-services)

