

# Planificar el regreso a casa después de una cirugía

Si planifica con anticipación, antes de una cirugía programada podrá regresar a casa y sentirse seguro.

Antes de su cirugía, asegúrese de que alguien se encuentre disponible para ayudarlo en su casa a cocinar, a trasladarse hasta el baño, o para llevarlo a las consultas con el médico, hasta que se haya curado. Incluso, si regresa a casa el mismo día de la operación, necesitará que alguien se quede con usted en su casa. Es posible que conozca a quienes planifican las altas hospitalarias en el hospital, como los trabajadores sociales o los coordinadores de casos, para ayudarlo a prepararse. No tema realizar muchas preguntas.

## El cuidado de sus cicatrices

Los médicos y las enfermeras le explicarán cómo cuidar sus cicatrices antes de retirarse del hospital. También le darán las indicaciones por escrito. Se pueden presentar las reacciones normales, como adormecimiento e hinchazones, a medida que su cuerpo sana. Algunas veces es posible que necesite cuidados adicionales para sus cicatrices o heridas en su casa. Quienes planifican las altas hospitalarias en el hospital le ayudarán a coordinar los servicios de atención para cicatrices, si es necesario.

## Medicamentos

Es posible que le soliciten que tome nuevos medicamentos o cambie sus medicamentos normales. Los medicamentos, especialmente los medicamentos para el dolor, pueden ser muy peligrosos si no los toma correctamente. Es muy importante que comprenda cómo y cuándo debe tomar sus medicamentos.

## Actividades

Es posible que haya cosas que no deberá hacer después de su cirugía. Le entregarán una lista de lo que debe y no debe hacer después de retirarse del hospital y durante cuánto tiempo. Es muy importante que sepa qué cosas puede hacer antes de retirarse del hospital. Se recomiendan las caminatas y los ejercicios livianos, pero depende del tipo de cirugía que haya tenido. Si conduce habitualmente, es importante que pregunte si conducir es seguro para usted después de la cirugía.

## Drenajes y tubos

Es posible que cuando se retire del hospital aún tenga colocados drenajes quirúrgicos, catéteres o tubos. Estos elementos le ayudarán a recuperarse. Generalmente, su cirujano los retirará después de unos días, cuando ya no los necesite. Si se retira del hospital con cualquiera de estos elementos, su cirujano y sus enfermeras le enseñarán cómo debe manejarlos.

### Preguntas importantes para hacer antes de retirarse del hospital después de su cirugía.

¿Quién se ocupará de mí después de la cirugía?

¿Cuándo regresaré a casa desde el hospital?

¿Cambié alguno de mis medicamentos?

¿Necesito algún suministro médico especial en casa?

¿Qué actividades son seguras para mí?

¿Cuándo veré a mi cirujano una vez que me retire del hospital?

¿Cómo llamo a mi cirujano si tengo alguna pregunta o inquietud?

## Cuándo se debe comunicar con su cirujano

Algunas veces se presentan problemas inesperados relacionados con la cirugía una vez que se retira del hospital, incluso si todo salió bien. Los síntomas frecuentes a tener en cuenta dependen del tipo de cirugía. Recibirá las instrucciones para saber cuándo llamar a su cirujano antes de retirarse del hospital. Llame siempre al 911 o diríjase a la sala de emergencias más cercana, si tiene dolor en el pecho, dificultad respiratoria, o síntomas de que está empeorando rápidamente.

### PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- Centers for Medicare & Medicaid Services  
<https://goo.gl/7UnrhA>
- Family Caregiver Alliance  
<https://caregiver.org/hospital-discharge-planning-guide-families-and-caregivers>

**+** Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, vaya al enlace Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de JAMA en [www.jama.com](http://www.jama.com). Las traducciones al español están disponibles en la pestaña de contenido complementario.

Autores: Jason B. Liu, MD; Gildasio S. De Oliveira Jr, MD, MSCI

**Divulgaciones relacionadas con conflictos de interés:** Los autores han completado y presentado el formulario del Comité Internacional de Editores de Revistas Médicas (International Committee of Medical Journal Editors, ICMJE) para la divulgación de posibles conflictos de intereses, y no se informó ningún conflicto.

**Fuentes:** Centers for Medicare & Medicaid Services, Family Caregiver Alliance

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.