

Mejor recuperación después de la cirugía (ERAS): Su camino personalizado hacia la recuperación

En HonorHealth, su comodidad, seguridad y recuperación son nuestra prioridad. Por eso su equipo de cirugía y anestesiología crearon un plan de atención personalizado llamado Mejor recuperación después de la cirugía (Enhanced Recovery After Surgery, ERAS por sus siglas en inglés), diseñado para ayudarle a sentirse lo mejor posible antes, durante y después del procedimiento.

ERAS le guía en la preparación de su cuerpo para la cirugía, le ayuda a recuperarse sin complicaciones y le permite volver a casa antes y de manera segura. Es posible que note algunos cambios con respecto a cirugías anteriores, pero todo forma parte de un enfoque cuidadosamente diseñado para ayudarle a sanar más rápido y volver a su rutina habitual con confianza.

Este plan de atención le ayuda a:

- Pasar menos días en el hospital.
- Volver a comer y beber tan pronto como sea seguro.
- Sentirse cómodo mediante un buen control del dolor.
- Sentir que le escuchan y le apoyan durante todo el proceso.
- Levantarse y moverse en menos de 24 horas.

Después de hablar con el cirujano sobre su procedimiento, un miembro de su equipo de atención médica le explicará cuál es su función en el plan ERAS.

El día de la cirugía, una enfermera le colocará una vía intravenosa para prepararle para la anestesia y de ser necesario administrarle algún medicamento para ayudar a controlar su dolor antes de la cirugía. Durante el procedimiento, un equipo de doctores y enfermeros estará con usted en todo momento para supervisar cuidadosamente su evolución. El anestesiólogo le administrará medicamentos para mantenerle dormido y cómodo, y es posible que también le administre medicamentos para prevenir la náusea. También le ayudarán a mantenerse a una temperatura cómoda mediante el uso de mantas, líquidos intravenosos tibios y calentadores de aire.

Los planes de cuidado ERAS están diseñados para reducir los efectos secundarios de los medicamentos para el dolor como somnolencia, confusión, náusea y estreñimiento, para que pueda recuperarse con mayor comodidad y volver más pronto a casa.

Mejor recuperación después de la cirugía (ERAS): Su camino personalizado hacia la recuperación

La principal causa del dolor tras la cirugía es la inflamación, por lo que los medicamentos que la reducen desempeñan un papel clave en su plan de atención el día del procedimiento. En la unidad preoperatoria, **se le podrían administrar medicamentos como:**

- Tylenol® (acetaminofeno)
- Celebrex® (celecoxib)
- Neurontin® (gabapentina)
- Toradol® (ketorolaco)

Es posible que pequeñas cantidades de medicamentos para el dolor llamados opioides formen parte de su plan ERAS. Su equipo de cirugía y anestesia trabajarán con usted para encontrar la combinación adecuada de medicamentos para la cirugía y sus necesidades.

Su plan ERAS tal vez incluya otras formas de aliviar las molestias, como:

- Aplicar hielo o calor
- Realizar técnicas de relajamiento
- Aplicar anestesia local
- Reposicionarle para mejor comodidad

Después de la cirugía, pasará a la Unidad de cuidados anestésicos postoperatorios (PACU por sus siglas en inglés). Las enfermeras de la PACU estarán a su lado para monitorear sus signos vitales, incluyendo la presión arterial, la frecuencia cardíaca y los niveles de oxígeno y administrarle cualquier medicamento que necesite para mantenerle cómodo. Su equipo de atención médica de HonorHealth también mantendrá informada a su familia sobre su estado.

Cuando sea seguro, dependiendo de la cirugía, se le trasladará a una unidad postoperatoria del hospital para continuar su recuperación o se le dará de alta para irse a casa. Una parte importante de la recuperación es levantarse de la cama, sentarse en una silla y caminar lo antes posible. Si se queda en el hospital, una enfermera le ayudará a moverse de manera segura.

Algunos medicamentos que se administran durante la cirugía pueden aumentar el riesgo de caídas, por lo que se le recomienda utilizar el botón para solicitar ayuda. Cualquier sonda o catéter que se le haya colocado en la vejiga durante la cirugía se retirará lo antes posible. Su equipo de atención médica le informará cuándo sea seguro empezar a beber líquidos, ingerir alimentos sólidos y, en última instancia, cuándo esté listo para irse a casa.

Su recuperación es nuestra máxima prioridad, y con el plan de cuidados ERAS nunca está solo. Desde la preparación de su cuerpo antes de la cirugía hasta el apoyo que se le brinda en el hospital y en casa, su equipo de atención médica de HonorHealth está aquí para ayudarle a recuperarse de manera segura, cómoda y lo más rápido posible.

Referencias

- *ERAS patient info. (n.d.). Retrieved from <http://erassociety.org/patients/>*