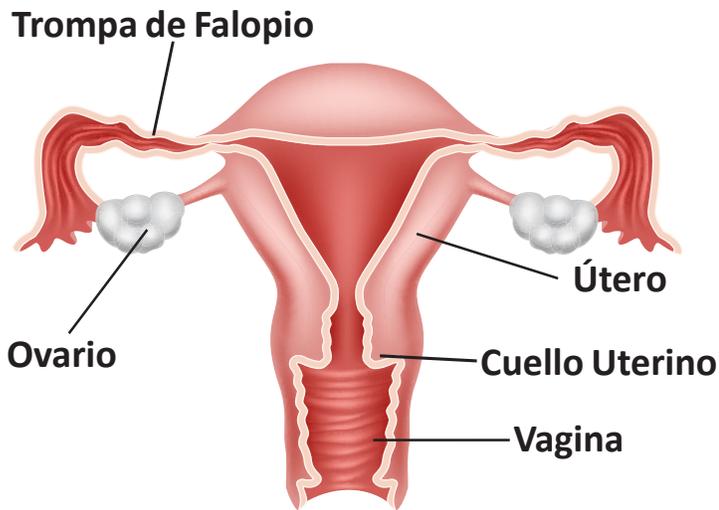




# Guía sobre la cirugía ginecológica

## 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 hablará 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)

