

Clase de Educación Pre-Operatoria para Cirugía Bariátrica

Temple University Hospital
Temple University Hospital –
Jeanes Campus

Bariatric Program



Objetivos

El objetivo de la clase de educación pre-operatoria para la cirugía bariátrica es repasar cómo va a ser el curso de su preparación y estadía hospitalaria durante su operación.

La cirugía bariátrica es una herramienta para perder peso.

Una alimentación saludable, ejercicio y cambios en el estilo de vida son necesarios también para tener éxito.

¡Felicitaciones por el progreso alcanzado!

Tareas pendientes a completar antes de la cirugía

- Satisfacer la tarifa del programa
- Controles de peso en las visitas mensuales
- Autorización por parte de una de nuestras Nutricionistas
- Autorización por parte de nuestro Psicólogo Bariátrico (y también su terapeuta ambulatorio)
- Cumplir con el uso de la CPAP
- Visita de Consentimiento para la Cirugía
- Precertificación con su seguro
- Pruebas de Pre-Admisión
- Definir la fecha de la cirugía

** Nota: el orden de estas tareas varía de persona a persona. Es posible que usted ya haya completado algunos de estos pasos.**

Visita de Consentimiento

- Esta cita es con su Cirujano/a
- Usted va a firmar el consentimiento informado para su procedimiento
- El cirujano le hablará de los riesgos, beneficios y alternativas a la cirugía
- Podrá **recibir** o **no recibir** una receta para Lovenox (Enoxaparin), una medicina inyectable que se usa como prevención de coágulos luego de la cirugía.
- La receta es enviada en forma electrónica a su farmacia
- Por favor vaya a buscar esta medicina antes de la cirugía
- **NO USAR LAS INYECCIONES ANTES DE LA CIRUGÍA**

Lovenox/Enoxaparin (inyección)

Es una medicación para disminuir la posibilidad de tener coágulos después de la operación.

- Jeringa pre-llenada
- No necesita eliminar el aire
- La piel donde se inyecta debe estar lavada con agua y jabón.
- Lugar de inyección: rotar entre abdomen y muslos.
- Evitar áreas con cicatrices o heridas quirúrgicas
- No frotar o masajear el area de inyección. Puede causar moretones.
- Almacenar en un lugar seguro a temperatura ambiente



Precertificación

- Todos los papeles, incluyendo autorizaciones médicas se someten a su compañía de seguro para aprobación.
- Su seguro puede tardar hasta 2-3 semanas en evaluar su caso y dar la aprobación para la cirugía.
- Las negaciones son poco frecuentes, pero si ocurren, nuestra oficina comenzará el proceso de apelación.

Pruebas de Pre-Admisión (PATs)

- Esta cita se le dará cuando se determine la fecha de su cirugía, ó puede ser que reciba un llamado de la oficina de Pre-Admisión.
- **Muy Importante!** No falte ó llegue tarde a esta cita
- Lleve la lista de medicinas/vitaminas/ medicinas sin receta que usted esté tomando actualmente.
- Durante esta visita:
 - Se reunirá con los médicos y enfermeras de Pre-Admisión
 - Hablarán sobre qué medicinas puede o no puede tomar el día previo y el día de la cirugía
 - Se harán análisis de sangre y orina, incluyendo un Test de Nicotina y de Embarazo en las mujeres

Estrictamente Prohibido Fumar

- Fumar incluye: cigarillos, cigarros, hookah, marihuana, cigarillos electrónicos y a vapor
 - Usted debe cumplir al menos **3 meses sin fumar** antes de la cirugía
 - Debe dejar de fumar **PARA SIEMPRE** post-cirugía
- Una prueba de Nicotina se realiza en la cita de PATs. Una prueba de nicotina positiva resultará en la **cancelación** de su cirugía.
- **Peligros del Fumar:**
 - Aumenta el riesgo de coágulos en la sangre, neumonía, infecciones, fuga de contenido gástrico, úlceras, retraso en la cicatrización, lo cual puede causar sangrado, cirugía de urgencia y aún la muerte.



Espirómetro de Incentivo (E/I)



- Va a recibir instrucciones para usar su E/I cuando vaya a su cita de PATs.
- Por favor empiece a practicar el uso antes de su cirugía.
- Use su E/I 10 veces cada hora del día después de la cirugía.
- Esto es muy importante para prevenir complicaciones pulmonares después de la cirugía.

Higiene

- Usted recibirá una pequeña botella de jabón antimicrobial
- Tome una ducha con:
½ botella la noche antes de la cirugía
- Y otra ducha con:
½ botella la mañana de la cirugía

Usar desde los hombros hasta las rodillas

Evite los ojos, orejas y boca



Traiga su máquina de CPAP

- Si usted requiere el uso de una máquina CPAP, por favor traiga el equipo con usted al hospital el día de su cirugía.
- Usted utilizará su CPAP mientras esté en el hospital después de la cirugía
- Asegúrese de etiquetar el equipo y partes con su nombre.

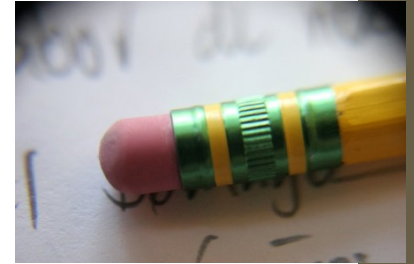


Medicamentos A Evitar

- Deje los anticonceptivos orales y terapias con estrógenos **1 mes antes** y evite **1 mes después** de la cirugía
 - Dispositivos Intrauterinos (DIU) con estrógenos deben ser removidos antes de la cirugía. Necesitará un método anticonceptivo alternativo.
- Deje de tomar aspirina, Motrin y cualquier antiinflamatorio no esteroide (NSAID) **10 días** antes de la cirugía
- Deje de usar Coumadin (warfarina) **5 -10 días** antes de la cirugía
 - Consulte con el médico que la recetó cuánto tiempo puede permanecer sin Coumadin y por favor comuniqué esta recomendación al equipo bariátrico.
- Deje de tomar Plavix, Vitamina E, cápsulas de aceite de pescado **10 días** antes de la cirugía
- Deje de tomar Plaquenil, Tamoxifen, y cualquier otro esteroide (por ejemplo Prednisona) **30 Días** antes de la cirugía

¿Qué necesito para DESPUES de la cirugía?

- Busque en la farmacia todas las medicinas que el doctor le recetó.
- Cualquier medicación de tamaño mayor que la goma borradora de un lápiz debe ser molida o recetada en forma líquida durante **3 meses** después de la cirugía.



- Traiga su proteína en polvo y suplementos de vitaminas a su primera visita después de la cirugía.

Todos los siguientes deben estar disponibles en su casa:

- ☐ Inyecciones de Lovenox (si su doctor las indicó)
- ☐ Polvo de proteína
- ☐ Vitaminas y minerales (líquidos o masticables por 3 meses)
 - ❖ No en forma de “gummies” o gomitas, ya que no son completos
- ☐ TUMS
- ☐ Licuadora
- ☐ Medidor de presión arterial si usted tiene historia de presión alta
- ☐ Glucometer (medidor de azúcar) si usted tiene diabetes y está medicado

Dieta – Antes de la cirugía

- **2-3 semanas antes** –Usted va a seguir una dieta líquida baja en calorías a base de batidas de proteína.
- La Nutricionista le dará instrucciones de la dieta en forma oral y escrita
- Durante estas semanas puede usar reemplazos de comidas como High Protein Slim Fast ó Premier
- **NO SON LAS MISMAS BATIDAS QUE VA A BEBER DESPUES DE LA CIRUGIA**
- **El día antes de la cirugía**– Solo líquidos claros
- **Desde la medianoche antes de la cirugía**, nada de comer ni de beber
- Si durante las pruebas de PreAdmisión (PATs) le indican tomar algún medicamento el día de la cirugía, tómelo solo con un par de sorbos de agua.



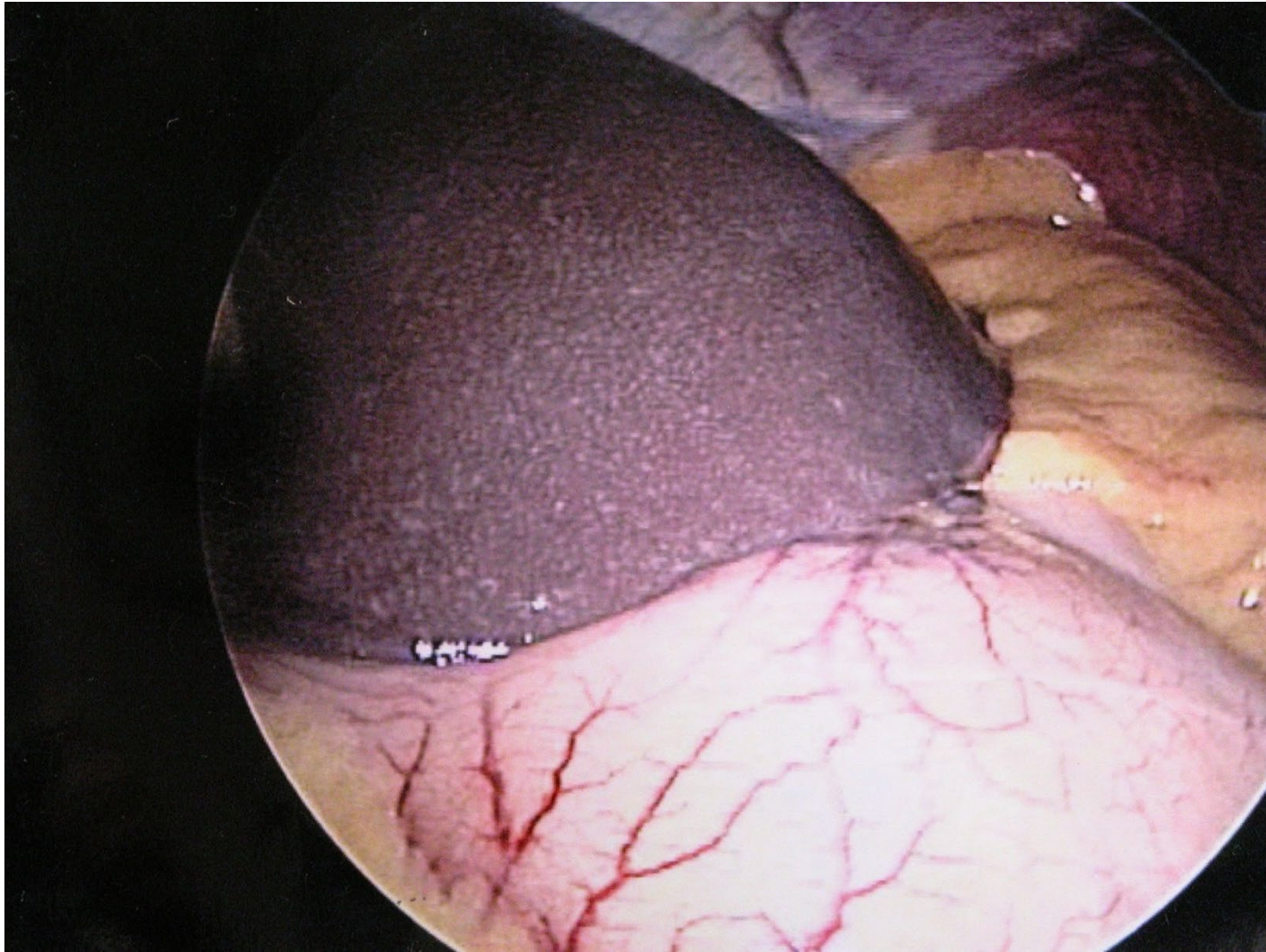
Hígado Graso

- El propósito de la dieta líquida antes de la cirugía es eliminar grasa del hígado y reducir su tamaño;
- Lograr que sea más fácil para el cirujano levantar el hígado durante la cirugía laparoscópica.
- El cirujano puede tener que suspender el procedimiento si el hígado es muy grande y no le permite realizar la cirugía en forma segura.
- Lo más importante es su seguridad



Más difícil levantar el hígado para acceder al estómago





Luego de 2-3 semanas de dieta líquida



El Día Previo a la Cirugía

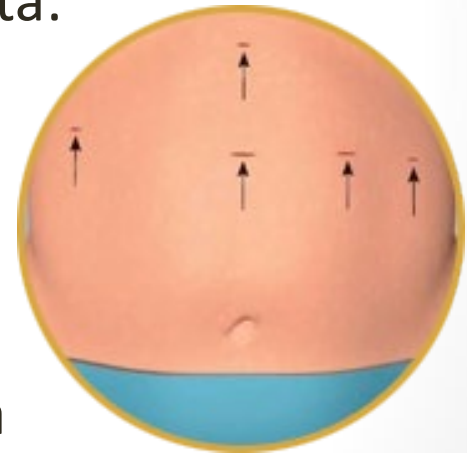
- Prepárese para recibir una llamada del Hospital el día antes de la cirugía, luego de las 3pm.
- Le informarán dónde y a qué hora debe usted reportarse para la cirugía.
 - Para Temple llame al 215-707-3517 luego de las 3:30pm si lo necesita
 - Para Jeanes llame al 215-728-2144 si lo necesita
- **Tome una ducha de acuerdo a las instrucciones**
- **Sólo líquidos claros**
- **Nada de comer o de beber luego de la medianoche**

Procedimientos Quirúrgicos

- Gastrectomía de Manga
- Bypass Gástrico Roux-en-Y
- Cirugía de revisión (de un procedimiento anterior)

Cirugía Laparoscópica

- Se hacen varios cortes pequeños; se llena el abdomen con dióxido de carbono
- Se coloca una cámara en uno de los cortes; el cirujano opera con instrumentos y mira a través de una pantalla.
- Beneficios en comparación con la cirugía abierta:
 - Recuperación más rápida
 - Cicatrices más pequeñas
 - Más pronto retorno a actividades normales
 - Posibilidad de estadía hospitalaria más corta
 - Menor posibilidad de complicación en las heridas
 - Costo más bajo

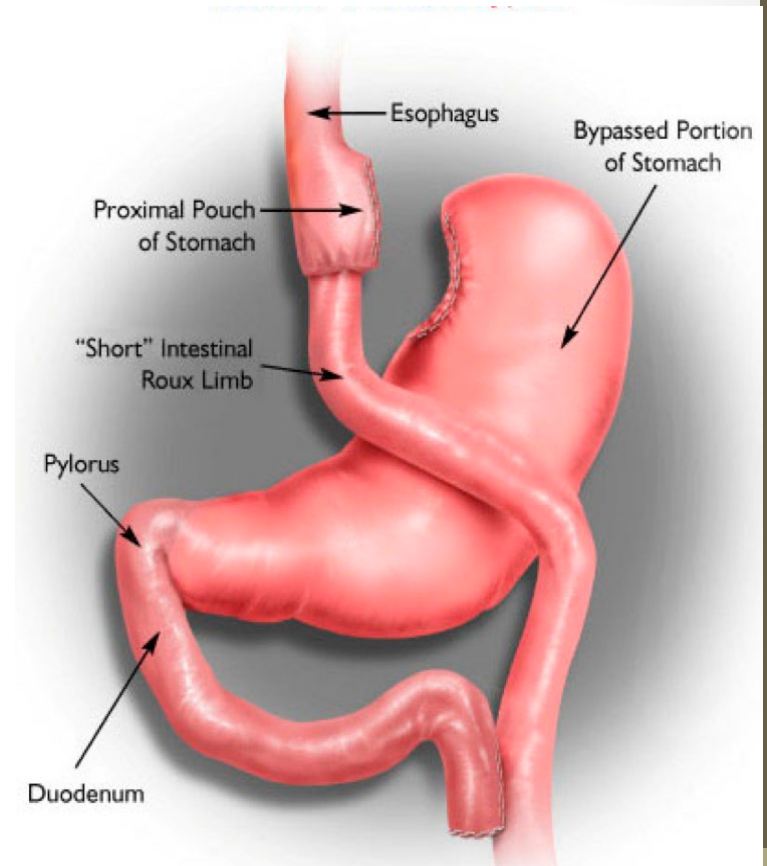


Qué sucede en la Sala de Operaciones

- Anestesia general (sedación completa)
- Dispositivos de compresión secuencial (SCD) se colocan en la parte inferior de las piernas
- Cateter foley ó urinario – puede que se use o no
- Linea intravenosa (IV) (para suero y medicación)
- El tiempo en la sala de operaciones puede ser de 2 a 5 horas
- Su familia y amigos pueden quedarse en la sala de espera. Allí les informarán sobre su estado.

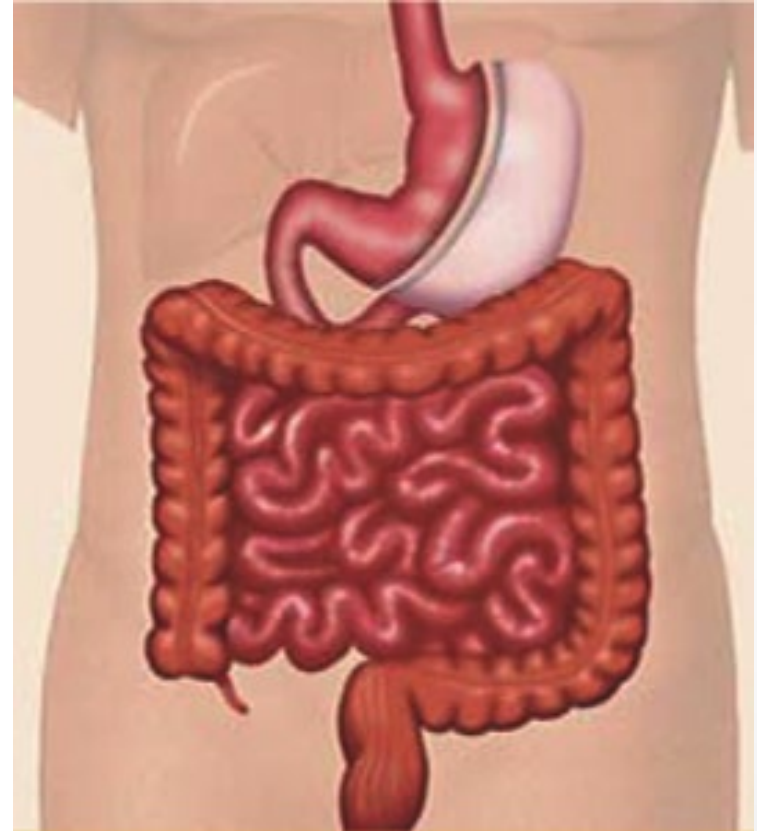
Bypass Gástrico Roux-en-Y

- Procedimiento malabsortivo y restrictivo
- Comer saludable, tomar vitaminas el resto de su vida y evitar comidas con mucha grasa y azúcar son **NECESARIOS!**
- **Síndrome de Dumping (Vaciado Rápido)**
- **NO debe** consumir alcohol ó fumar luego de la cirugía para evitar la formación de úlceras en el nuevo estómago
- **No puede** tomar “NSAIDs” como el ibuprofeno y la aspirina

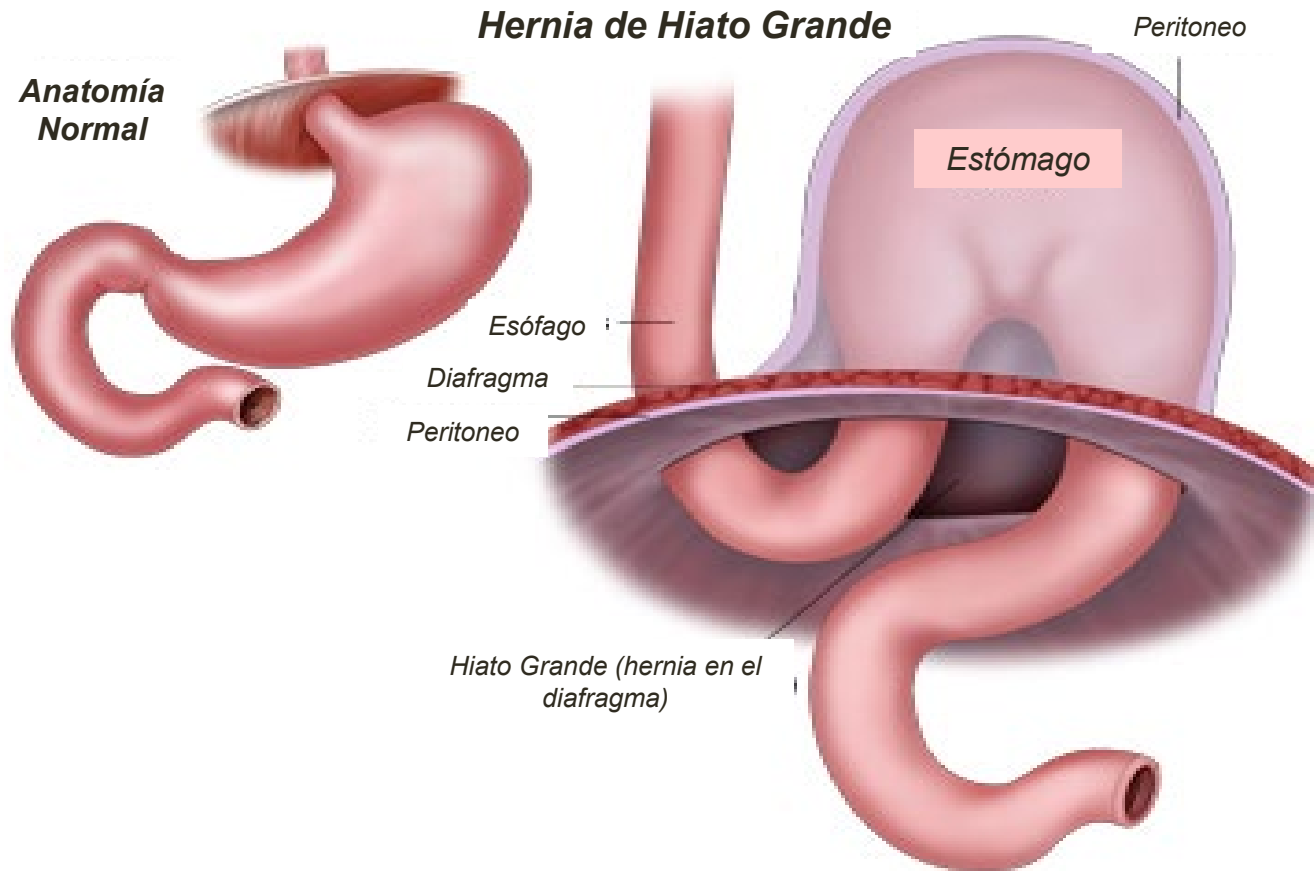


Gastrectomía Vertical en Manga

- Es un procedimiento restrictivo
- Se remueve 2/3 del estómago
- No se reconecta el intestino
- La absorción de vitaminas y minerales no se afecta demasiado.
- Las hormonas que se sabe que causan hambre se eliminan por un tiempo, ayudando a los pacientes a comer menos y bajar de peso.



Hernia de Hiato



Riesgos Asociados a la Cirugía Abdominal y Bariátrica

- Sangrado
 - Dolor
 - Dolor de hombro
 - Neumonía
 - Complicaciones debido a la anestesia y medicaciones
 - Trombosis (coágulos) Venosa Profunda
 - Daño al estómago, esófago y órganos cercanos
- Fuga de contenido gástrico en la línea de grapas
 - Úlceras
 - Estenosis (estrechamiento)
 - Hernias – internas o de la pared abdominal
 - Infección
 - Embolismo (coágulo) pulmonar
 - Infarto o accidente cerebro-vascular (ACV)
 - Muerte

Nota: Estos son riesgos asociados a cualquier cirugía, incluida la cirugía abdominal.

Estos riesgos son mayores en individuos que sufren de obesidad.

Riesgos y Efectos Secundarios

- Deshidratación
- Nauseas y vómitos
- Diarrea
- Constipación
- Síndrome de Dumping

- Dolor
- Aumento en la absorción de alcohol
- Caída de cabello
- Deficiencias nutricionales

Signos y Síntomas de Complicaciones Posoperatorias

Fuga de Contenido gástrico en la línea de grapas

- Aumento de la frecuencia cardíaca o taquicardia
- Fiebre mayor a 100.4 F
- Dolor en el hombro izquierdo
- Dificultad para respirar
- Vómitos
- Dolor abdominal



Estadía Hospitalaria

- Usted tendrá una habitación privada en la Unidad Bariátrica
 - Hospital Temple - 9 West en Rock Pavilion
 - Jeanes Campus– Area de internación 2 B
- Empezará a levantarse de la cama el mismo día de la cirugía
- Lo más importante que puede hacer para su salud y seguridad es **CAMINAR, CAMINAR, CAMINAR!**
- Se le dará un espirómetro de incentivo y deberá usarlo
- Va a empezar a beber pequeñas cantidades de líquidos claros al día siguiente de la cirugía
- Normalmente se irá a su casa en la tarde o noche del día PosOperatorio 1.

Manejo del Dolor

- Es normal tener algo de dolor por unos días después de la cirugía
- La meta es bajar el dolor lo suficiente para que usted se sienta razonablemente cómodo, con un dolor de 4 o menos
- El dolor debe ser lo suficientemente moderado para que usted pueda caminar y respirar profundamente.
- Bloqueo nervioso abdominal
- Medicación para adormecer el dolor durante la cirugía
- Se le darán instrucciones para tomar medicación no-opioide para el dolor a intervalos regulares los primeros días después de la cirugía. Si el dolor supera el alivio de la medicación, podrá tomar medicamentos no-opioides adicionales.
- Opioides- Se utilizan para dolor severo
- Moverse, hielo, fajas abdominales y una almohada para abrazar cuando se mueve o tose son otras formas de controlar el dolor. Una almohadilla eléctrica puede usarse también a partir del 3er día después de la cirugía. Nunca se duerma con la almohadilla encendida.

Opioides

- Son medicamentos muy potentes, que solo se deben usar para dolor severo.
- El uso de opioides puede derivar en sobreuso, abuso ó adicción.
- Efectos secundarios
 - Nauseas, vómitos, constipación, mareos, dolor de cabeza, somnolencia, depresión de la respiración o respiración muy lenta y picazón.
- Use sólo la cantidad mínima durante el período de tiempo más corto y lleve la cuenta del número de píldoras que ha tomado.
- Almacenar fuera del alcance de niños y mascotas en un lugar seguro.
- Bote los opioides no usados en un lugar de descarte de medicación verificado.
- https://apps2.deadiversion.usdoj.gov/pubdispsearch/spring/main;jsessionid=l9jiih1sV0ePP-r1G8zhkfEOR9ja_3umeccIDSHC.web2?execution=e1s1

Primera Semana Post-Cirugía

En el Hospital...

- Empiece con 1 ó 2 onzas de líquidos claros cada hora.
- ¡Tome pequeños sorbos y beba despacio!
- Evite beber sorbos grandes, porque puede causar dolor, náuseas y vómitos.
- No use sorbetes para beber

En Casa...

- Va a beber la Dieta de Líquidos Claros
- Necesita beber 3-8 onzas cada hora.
- La meta es beber 48-64 onzas (ó 6-8 tazas) cada día.
- No beba más de 8 onzas de líquido cada hora.
- Complete el diario de bebidas que le dará la Nutricionista en su vista de consentimiento y tráigalo a su primera visita después de la cirugía.

Su Dieta Luego de La Cirugía

- Luego de su cirugía va a seguir distintas etapas en su dieta durante 8 semanas.
- Avanzar la dieta más rápido o comer y beber alimentos no permitido puede enfermarlo y causar complicaciones serias.
- Si usted está tolerando bien la dieta va a poder avanzar a una dieta regular saludable después de 8 semanas.
- Las etapas de la dieta son las siguientes:

Semana	Progresión de Alimentos
Semana 1	Líquidos claros
Semana 2	Líquidos completos
Semanas 3-4	Proteína licuada
Semana 5	Proteína licuada + “Otros”
Semanas 6-8	Dieta Blanda
Semana 9	Dieta Normal Saludable

Qué sucede la Segunda Semana después de la cirugía??

- Espere para avanzar su dieta hasta que lo veamos en la oficina.
- La proxima etapa es la de Líquidos Completos y empezará a beber las batidas de proteína.
- Necesita empezar a usar **“Whey Protein Isolate” (Aislado de Proteína de Suero)** después de la cirugía, si no empezó ya antes durante su dieta líquida preoperatoria.
- NO debe usar estos productos:



Suplementos de Vitaminas y Minerales

- Usted va a necesitar suplementos por el resto de su vida para evitar deficiencias nutricionales.
- **Algunas de estas complicaciones pueden ser permanentes.**
- Estos son algunos de los síntomas que puede tener:
 - ❑ **Vitamina D/Calcio:** dolor de huesos, debilidad muscular, osteoporosis
 - ❑ **Vitamina B12:** anemia, debilidad, constipación, adormecimiento/hormigueo en manos y pies, confusión, depresión, demencia
 - ❑ **Hierro:** fatiga, sensibilidad al frío/calor, falta de aliento, pica (comer cosas que no son comestibles, por ejemplo: tierra)
 - ❑ **Vitamina B-1 (Tiamina):** confusión, debilidad muscular, agrandamiento del corazón, parálisis temporal o permanente, coma
 - ❑ **Folato/Acido Fólico:** debilidad, fatiga, dificultad para concentrarse, irritabilidad, dolor de cabeza, palpitaciones, falta de aliento, malformaciones fetales
 - ❑ **Zinc:** lesiones en la piel, mala cicatrización, caída de cabello, diarrea, cambios en el gusto, letargia

¿Qué suplementos necesito la primera semana?

Mañana

Multivitamínico
con hierro

Elegir 1 marca



Tarde

2 TUMS



Noche

2 TUMS



Suplementos luego de la Primera Semana y Para Toda la Vida

Mañana

Multivitaminico
con hierro
(2 masticables)
Elegir 1 marca



Mediodia

Calcio



Cena

Calcio



Hora de Dormir

Calcio



Instrucciones Para el Alta

- Va a recibir instrucciones específicas para su operación.
- **Por favor léalas y cúmplalas al pie de la letra!**
- Sus medicaciones serán repasadas con el doctor antes de dejar el hospital.
- Se va a coordinar la visita de una Enfermera a Domicilio antes de darle el alta del Hospital. Esto es necesario para una recuperación segura en su hogar.
 - La Enfermera A Domicilio suele visitar su hogar dentro de las 48 horas del alta.
 - Va a controlar sus signos vitales, vendas, ayudar con las inyecciones de Lovenox, etc.
 - Por favor pida a la Enfermera a Domicilio que nos llame por teléfono para informarnos de su estado.
 - Temple **215-707-3471** Jeanes **215-722-3258**
- (Usted también puede llamar a este número con preguntas o problemas)

Instrucciones Para el Alta *continuación*

- **Beba despacio pequeños sorbos de líquidos claros**
- **Pare** si se siente lleno o con náuseas
- Continúe usando el espirómetro de incentivo para mantener sus pulmones sanos (**10 veces cada hora**)
- **Duchas solamente.** No baños, jacuzzi, o nadar por 6 semanas
- **Camine, camine, camine:** al menos unos minutos cada hora para ejercitar sus músculos y prevenir coágulos.
 - No conducir si está tomando medicamentos narcóticos
 - Primera Cita Post-Operatoria:
 - Se programa 7-10 días después de su cirugía
 - Traiga sus suplementos de proteínas, vitaminas y minerales consigo

¡No espere hasta que un problema sea grave!
¡Llámenos ante cualquier pregunta o preocupación!



Ejercicio luego de la Cirugía

- No levantar pesos de mas de 10-15 libras por 6 semanas después de la cirugía.
- Se espera que usted empiece a levantarse de la cama la misma noche después de la cirugía, y camine al menos cada 4 horas.
- Luego de irse de alta, necesitará caminar en su casa o afuera de casa en su vecindad. Puede usar las escaleras sin problema
- Una vez que tenga el permiso de su cirujano, puede empezar a hacer ejercicio durante 30 minutos diarios, con una intensidad moderada.

Cirugía Electiva Luego de Cirugía Bariátrica

Cirugía Plástica:

- El exceso de piel y tejido sucutáneo puede ser removido luego de que su peso se encuentre estable.
- No todos los pacientes la necesitan
- Luego del bypass ó la manga gástrica, espere al menos **18-24 meses**.
- Es posible que su seguro médico pague la abdominoplastía (cirugía plástica del abdomen) si cumple con ciertos requerimientos.
 - Documentar los pliegues de piel con su doctor puede ayudar a facilitar la aprobación.
- En general los seguros NO pagan otros procedimientos (brazos, muslos y mamas), ya que lo consideran puramente estético.

Otras Cirugías Electivas

De ser posible, espere al menos 18 meses para someterse a otras cirugías electivas después de su cirugía bariátrica. Por ejemplo, cirugías ortopédicas.

Grupos de Apoyo

Todos los pacientes, familiares y personas de soporte son bienvenidos y alentados a participar!!!!

Temple: 6:00 a 7:30pm

- 3er Piso ACC – sala de espera de Enfermedades Digestivas
- El Tercer Miércoles de cada mes

Jeanes: 5:30 a 7pm

- En el Cheltenham Friends Meetinghouse
- El Primer Martes de cada mes
- Visite nuestra página de Facebook TEMPLEBARIATRIC
- Sitio Web

www.templehealth.org

¿Preguntas?

TEMPLE UNIVERSITY HOSPITAL

3401 N. Broad Street
Parkinson Pavilion, 4th floor
Zone C, Suite-410
Philadelphia, PA 19140

215-707-3471
templebariatric.org

JEANES CAMPUS

7604 Central Avenue
Friends Hall
Suite 101
Philadelphia, PA 19111

215-722-3258
jeanesbariatric.com

