

MATERIAL INFORMATIVO PARA PACIENTES

Información del Advanced Orthopedic Surgery
Center para pacientes que se someterán a la
cirugía de reemplazo del hombro



OSF[®]
HEALTHCARE

INFORMACIÓN DE CONTACTO

OSF HealthCare
Saint Anthony Medical Center
5666 East State Street
Rockford Illinois 61108

Contacto	Número de teléfono
OSF HealthCare St. Anthony Medical Center	(815) 226-2000
Asesor de enfermería	(815) 227-2708
Coordinador del programa de ortopedia	(815) 484-7237
Preguntas sobre facturación de OSF HealthCare	(800) 421-5700
Centro de Compensación Financiera de OSF	(833) 673-4322
Unidad Ortopédica	(815) 395-5179
Llamar directamente a la habitación del paciente.	(815) 227-2030 Luego marque # de habitación.
Enfermero jefe del Área Ortopédica . . .	(815) 395-5459
Director del Área de Terapia para pacientes internados	(815) 381 7718
Administrador de casos.	(815) 395-5075
Centro de rehabilitación de la salud de OSF	(815) 395-4505
Centro de rehabilitación OSF en Rock Cut Crossing	(815) 921-8820
Servicios de atención médica a domicilio de OSF	(309) 683-7700
Equipo médico a domicilio de OSF . . .	(309) 655-3440
Servicios traslado en ambulancia con camilla o silla de ruedas de Lifeline . . .	(815) 395-4634.
Farmacia minorista de OSF	(815) 395-6010

ÍNDICE

Información sobre su cirugía de reemplazo articular	3
Cómo utilizar el jabón antiséptico preoperatorio	4
Mi lista de verificación previa a la cirugía	
Un (1) mes antes de la cirugía	5
Tres (3) semanas antes de la cirugía	5
Suspensión de medicamentos antes de la cirugía/lista de medicamentos	6
Dos (2) semanas antes de la cirugía	7
Adaptación de la casa para el paciente	9-10
Una (1) semana antes de la cirugía	11
Un (1) día antes de la cirugía / noche previa a la cirugía	12
Día de la cirugía	13
Su experiencia en el hospital	
Lineamientos del hospital	14
Unidad de cirugía ambulatoria	14-15
Información sobre la anestesia	15
Después de la cirugía	16
Lista de verificación del alta de enfermería	17
Lista de verificación del alta de terapia	18
Después del alta del hospital	
Lista de cuidados de la incisión	19
Control del malestar	20
Prevención de los coágulos de sangre	22
Prevención de neumonía	23
Prevención del estreñimiento	23
Planificación del alta	24
Preguntas frecuentes	24
Farmacia minorista	25
Paquetes de dispositivos de asistencia	25
Ejercicios	26
Calendario de la lista de verificación posterior al alta	27-28

Estimado/a paciente:

OSF HealthCare Saint Anthony Medical Center le da las gracias por elegirlo para realizar su cirugía. En nombre de todo el equipo de reemplazo articular, hemos elaborado este folleto como una guía para ayudarle a lograr una recuperación segura y exitosa tras la cirugía.

OSF HealthCare Saint Anthony Medical Center se compromete a proporcionar atención que no solo cumple con los estándares de calidad y seguridad, sino que se brinda con el mayor cuidado y amor.

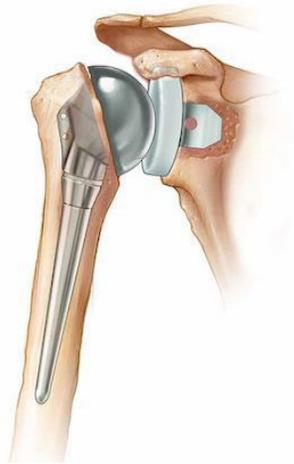
CIRUGÍA DE REEMPLAZO TOTAL DE HOMBRO

COMPONENTES DE LA ARTICULACIÓN DEL HOMBRO

La articulación del hombro es la que conecta la parte esférica del hueso superior del brazo (húmero) con la parte cóncava del omóplato (escápula). La articulación está unida por un conjunto de músculos y tendones. El conjunto de estos músculos y tendones se llama manguito rotador. Los músculos permiten el movimiento de su brazo y su hombro.

CÓMO SE REALIZA EL REEMPLAZO TOTAL DE HOMBRO

La cabeza del húmero se reemplaza con una cabeza artificial. La cavidad cóncava de la escápula se reemplaza con una cavidad artificial. La nueva articulación también utiliza los músculos del manguito rotador para mover el brazo y el hombro.



REEMPLAZO TOTAL DE HOMBRO CON PRÓTESIS REVERSA

CÓMO SE REALIZA EL REEMPLAZO TOTAL DE HOMBRO CON PRÓTESIS REVERSA

En la cirugía con prótesis reversa, la cabeza del húmero se reemplaza con una cavidad artificial. La cavidad de la escápula se reemplaza con una cabeza artificial. Dado que los músculos del manguito rotador se encuentran dañados, otro músculo, el deltoides, mueve el brazo y el hombro.



REFERENCIAS PREVIAS A LA CIRUGÍA

INSTRUCCIONES PARA BAÑARSE:

La **noche previa y la mañana de la cirugía** debe ducharse con un jabón antiséptico preoperatorio para la piel con **gluconato de clorhexidina**. En caso de que no cuente con este jabón para la piel, diríjase a su farmacia local y adquiéralo. Una marca conocida de este jabón es Hibiclens®. Si no consigue encontrar Hibiclens®, puede utilizar otra marca.



- 1) Quítese todos los piercings y las joyas.
- 2) Quítese las uñas postizas y todo resto de esmalte de uñas.
- 3) Antes de ducharse con gluconato de clorhexidina, hable con su médico si tiene alguna herida abierta en la piel.
- 4) Lávese el cabello, rostro y áreas genitales con un jabón regular antes de usar el gluconato de clorhexidina.
- 5) Enjuáguese bien el cuerpo con agua, del cuello para abajo.
- 6) Antes de aplicar el gluconato de clorhexidina, apártese del agua para evitar enjuagarlo demasiado rápido.
- 7) Con las manos o con un paño limpio, aplíquese el gluconato de clorhexidina por todo el cuerpo desde el cuello hasta los dedos de los pies. **Deje el producto en su piel por dos minutos.**
- 8) NO se aplique el gluconato de clorhexidina cerca de los ojos, los oídos, la nariz, la garganta, la boca o los genitales.
- 9) Enjuáguese bien con agua.
- 10) Séquese con una toalla limpia dándose palmadas.
- 11) **NO se aplique nada sobre la piel después de la ducha.** Esto incluye, pero no se limita a: aerosol para el cabello, lociones, polvos, cremas, loción para después de afeitarse, maquillaje, desodorante, etc.
- 12) Póngase ropa recién lavada y duerma con ropa de cama limpia.
- 13) No permita que las mascotas suban a la cama.

Tareas

pendientes

MI LISTA DE VERIFICACIÓN PREVIA A LA CIRUGÍA

Marque [✓] la casilla a medida que complete las tareas.

Si ve la abreviatura **pág.** entre paréntesis, consulte la página indicada en el folleto para ver información más detallada.

UN (1) MES ANTES DE LA CIRUGÍA

Recibirá una llamada telefónica del Centro de Preadmisión de Cirugía del OSF

Esta llamada le programará lo siguiente (si corresponde):

- Análisis de laboratorio, muestras de orina; un electrocardiograma (ECG), que es una prueba de corazón, o radiografías.
- Clase de capacitación preoperatoria.
- Citas con médicos hospitalistas (si es necesario para la autorización médica).
- **Será el responsable de programar las citas con médicos especialistas.**

TRES (3) SEMANAS ANTES DE LA CIRUGÍA

EVALUACIÓN PREVIA A LA ANESTESIA

Recibirá una llamada del asesor de enfermería para completar su evaluación previa a la anestesia.

- El asesor de enfermería puede solicitar pruebas adicionales, como análisis de laboratorio, muestras de orina; un ECG, que es una prueba de corazón, o radiografías. Para determinar las pruebas adicionales, se tiene en cuenta su historial de salud.

Revisión de los medicamentos:

- El asesor de enfermería puede solicitarle que suspenda el consumo de ciertos medicamentos antes de la cirugía, dado que algunos de ellos pueden aumentar el riesgo de hemorragia.
- 14 días antes de la cirugía debe suspender el consumo de suplementos a base de hierbas (incluso en té), de vitaminas y de medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (AINE) de venta libre, como Motrin y Aleve.
- NO tome pastillas para adelgazar ni medicamentos para la disfunción eréctil 7 días antes de la cirugía.
- NO consuma drogas ilegales.
- Informe al asesor de enfermería si consume nicotina, marihuana o aceite de CBD.
- El asesor de enfermería revisará con usted los medicamentos de uso en el hogar (lista en la pág. 6).

Comuníquese con el médico que hizo la prescripción para saber cuándo debe suspender y reanudar los medicamentos que le hayan sido prescritos como anticoagulantes o para enfermedades autoinmunes.

LISTA DE MEDICAMENTOS

TRES (3) SEMANAS ANTES DE LA CIRUGÍA (continuación)

EVALUACIÓN PREVIA A LA ANESTESIA

Utilice el siguiente formulario para registrar sus medicamentos diarios y llévalo consigo el día de la cirugía.

Nombre del medicamento	Cantidad que toma	Frecuencia	Marque las casillas de los medicamentos que necesita suspender antes de la cirugía	Marque las casillas de los medicamentos que puede tomar el día de la cirugía con una bebida con electrolitos	Fecha y hora de la última vez que tomó este medicamento
			<input type="checkbox"/> FECHA DE SUSPENSIÓN: _____ Consultar con el médico que lo prescribió: <input type="checkbox"/> FECHA DE REANUDACIÓN: _____	<input type="checkbox"/>	
			<input type="checkbox"/> FECHA DE SUSPENSIÓN: _____ Consultar con el médico que lo prescribió: <input type="checkbox"/> FECHA DE REANUDACIÓN: _____	<input type="checkbox"/>	
			<input type="checkbox"/> FECHA DE SUSPENSIÓN: _____ Consultar con el médico que lo prescribió: <input type="checkbox"/> FECHA DE REANUDACIÓN: _____	<input type="checkbox"/>	
			<input type="checkbox"/> FECHA DE SUSPENSIÓN: _____ Consultar con el médico que lo prescribió: <input type="checkbox"/> FECHA DE REANUDACIÓN: _____	<input type="checkbox"/>	
			<input type="checkbox"/> FECHA DE SUSPENSIÓN: _____ Consultar con el médico que lo prescribió: <input type="checkbox"/> FECHA DE REANUDACIÓN: _____	<input type="checkbox"/>	
			<input type="checkbox"/> FECHA DE SUSPENSIÓN: _____ Consultar con el médico que lo prescribió: <input type="checkbox"/> FECHA DE REANUDACIÓN: _____	<input type="checkbox"/>	
			<input type="checkbox"/> FECHA DE SUSPENSIÓN: _____ Consultar con el médico que lo prescribió: <input type="checkbox"/> FECHA DE REANUDACIÓN: _____	<input type="checkbox"/>	
			<input type="checkbox"/> FECHA DE SUSPENSIÓN: _____ Consultar con el médico que lo prescribió: <input type="checkbox"/> FECHA DE REANUDACIÓN: _____	<input type="checkbox"/>	
			<input type="checkbox"/> FECHA DE SUSPENSIÓN: _____ Consultar con el médico que lo prescribió: <input type="checkbox"/> FECHA DE REANUDACIÓN: _____	<input type="checkbox"/>	
			<input type="checkbox"/> FECHA DE SUSPENSIÓN: _____ Consultar con el médico que lo prescribió: <input type="checkbox"/> FECHA DE REANUDACIÓN: _____	<input type="checkbox"/>	
			<input type="checkbox"/> FECHA DE SUSPENSIÓN: _____ Consultar con el médico que lo prescribió: <input type="checkbox"/> FECHA DE REANUDACIÓN: _____	<input type="checkbox"/>	
			<input type="checkbox"/> FECHA DE SUSPENSIÓN: _____ Consultar con el médico que lo prescribió: <input type="checkbox"/> FECHA DE REANUDACIÓN: _____	<input type="checkbox"/>	
			<input type="checkbox"/> FECHA DE SUSPENSIÓN: _____ Consultar con el médico que lo prescribió: <input type="checkbox"/> FECHA DE REANUDACIÓN: _____	<input type="checkbox"/>	

DOS (2) SEMANAS ANTES DE LA CIRUGÍA

Llegada al OSF Healthcare Saint Anthony Medical Center

- Regístrese en el mostrador de recepción
 - Análisis de laboratorio (si corresponde)
 - Clase de capacitación (si corresponde)
 - Recibirá el jabón antiséptico preoperatorio.
 - Recibirá un folleto informativo
 - Cita con un médico hospitalista (si corresponde)

Revisión de su lista de medicamentos para saber cuáles debe suspender.

¿Toma medicamentos para la presión arterial?

- Sí: marque si tiene un medidor de presión arterial en casa; si no, cómprelo antes de la operación.
- No: N/A

Hábitos para una higiene bucal apropiada

- Cepílese los dientes dos veces por día para prevenir la neumonía.
- Evite visitar al odontólogo por lo menos 2 semanas antes de la intervención.
- Espere al menos 3 meses después de la operación para visitar al odontólogo. Infórmele de su reemplazo articular para que le ayude a determinar si necesita tomar antibióticos antes de su cita.

Realice revisiones diarias de la piel alrededor de la extremidad a intervenir.

- Llame al consultorio de su cirujano si tiene algún tipo de imperfección como: cortaduras, raspaduras, quemaduras solares, picaduras de insecto, vellos encarnados, espinillas, costras o sarpullido.

Finalice sus instrucciones médicas por adelantado (testamentos en vida, poder legal médico y documentación sobre la custodia legal).

Evite realizarse manicuras, pedicuras o tatuajes.

- Las agujas o herramientas usadas para estos servicios podrían tener bacterias y podrían provocar una infección.

Si actualmente tiene un empleo, pida a su cirujano que firme un formulario para solicitar un permiso de ausencia.

DOS (2) SEMANAS ANTES DE LA CIRUGÍA (continuación)

Consumidores de nicotina:

- Suspenda el consumo de todos los productos con nicotina, como cigarrillos, cigarrillos electrónicos, productos de vapeo, chicles o parches de nicotina, tabaco masticable o para aspirar.

Pacientes con diabetes:

- Antes de la operación, hágase una prueba de hemoglobina A1c. Sus niveles de hemoglobina A1c: _____
- Siga las indicaciones de su proveedor para mantener su diabetes controlada a través del régimen de medicación, la medición del azúcar en sangre, la dieta y el ejercicio.
- Los niveles de azúcar en sangre demasiado elevados pueden aumentar el riesgo de contraer infecciones e impiden la cicatrización de la incisión.

Designe a una persona que le apoye en el proceso de la cirugía de reemplazo articular.

- Puede ser su familiar o un amigo.
- La persona de apoyo participará en su clase de capacitación preoperatoria, lo ayudará con las citas con el médico y fisioterapeuta, lo acompañará a la operación, prestará atención a sus indicaciones para el alta y cuidará de usted y de su hogar después de la operación.

¿Cuenta con una persona de apoyo? Sí, (nombre): _____
 No, (planificación del alta pág. 24)

¿Tiene a su cargo a alguien, como hijos, cónyuge o padres de edad avanzada? ¿Necesitará ayuda para cuidar de ellos?

- Sí, necesitaré ayuda para cuidarlos. (Planificación del alta pág. 24)
- No

Planificación del alta

- Se le dará el alta el mismo día de la cirugía Permanecerá una noche en el hospital
- Pregunte a su cirujano si necesitará fisioterapia después de la cirugía.

DOS (2) SEMANAS ANTES DE LA CIRUGÍA (continuación)

LISTA DE VERIFICACIÓN PARA LA SEGURIDAD EN LA VIVIENDA

Actividades al aire libre

- Retire objetos, ramas y hojas de los pasillos.
- Designe a alguien para que cuide de su jardín, retire la nieve de la entrada para coches y de la acera durante el invierno.

Áreas habitables

- Los pasillos y el suelo deben estar despejados.
- Retire las alfombras pequeñas.
- Lave la ropa y guárdela.
- Mantenga su teléfono móvil con usted en todo momento.

Cocina

- Coloque los objetos de uso común a la altura de la cintura y los hombros.
- Si lo ve apropiado, puede consumir alimentos preparados con anticipación para facilitar la preparación de sus comidas.
- Tenga disponible jabón antibacterial para manos en un envase con bomba manual.

Cuarto de baño

- Tenga disponible jabón antibacterial para manos en un envase con bomba manual.
- Puede ser útil instalar barras de sujeción en la ducha o cerca del inodoro.
- Retire las alfombras y coloque un tapete antideslizante en la ducha.
- Instale luces de noche
- Instale barandillas en los baños.
 - Para ayudarle a sostenerse cuando use el baño.
 - Estos artículos se pueden comprar en Walmart®, Walgreens®, Amazon®, en tiendas locales de donaciones o en una iglesia de la comunidad.

DOS (2) SEMANAS ANTES DE LA CIRUGÍA (continuación)

Prenda

- Use camisas holgadas y con botones.
- Use pantalones con cintura elástica.
- Evite usar mallas o pantalones con cordones, botones o cinturones.

Habitación

- Lave las sábanas la noche anterior a la cirugía.
 - Si duerme en un sillón reclinable o en un sofá, utilice una sábana recién lavada para cubrir la zona.
 - Continúe lavando las sábanas cada 2 o 3 días durante dos semanas después de la cirugía para ayudar a reducir el riesgo de contraer una infección.
- No duerma con sus mascotas la noche anterior a la cirugía ni mientras su herida aún se encuentre en proceso de cicatrización,
 - ya que esto puede aumentar sus probabilidades de desarrollar una infección.
- Mantenga despejado el camino desde su dormitorio hasta el baño.

Cabestrillo

- Si le dieron uno en el consultorio, tráigalo al hospital.
 - Le colocarán el cabestrillo después de la cirugía. Deberá usarlo constantemente para proteger su hombro, su brazo y su mano hasta que pase el efecto del bloqueo del nervio.
 - Use el cabestrillo durante 6 semanas para la cirugía de reemplazo total de hombro y de 2 a 4 semanas para la cirugía de reemplazo total de hombro con prótesis reversa.
 - Es seguro retirar el cabestrillo cuando esté sentado en una silla, para permitir que el codo, la muñeca y la mano puedan doblarse y estirarse.
 - Utilícelo el resto del tiempo, incluso cuando camine y cuando duerma.
 - Si su cabestrillo incluye una pelota, apriétela para reducir la inflamación de la mano.

Usar su mano no dominante para asearse antes de la cirugía

- Coloque el portarrollos del papel higiénico del lado que no tiene afectado.
- Practique vestirse con una mano; considere comprar unas pinzas para alcanzar objetos para usarlas cuando se vista.

UNA (1) SEMANA ANTES DE LA CIRUGÍA:

Cita preoperatoria con su cirujano ortopédico (puede variar la visita con su cirujano antes de la cirugía)

- Le recomendamos mucho que utilice los servicios de la farmacia de OSF para surtir las recetas prescritas antes o después de la operación. (pág. 25)
- Consulte con la farmacia de OSF sobre los cupones para sus medicamentos y sobre nuestro programa de entrega a domicilio.

Realice revisiones diarias de la piel alrededor de la extremidad a intervenir.

- Informe al consultorio del cirujano de cualquier imperfección en la piel de la extremidad que se someterá a cirugía.

Revise su lista de medicamentos para saber cuáles debe suspender.

Compre una bebida deportiva con electrolitos de 20 oz.

- Ejemplos de bebidas con electrolitos: Gatorade®, Powerade® o Pedialyte®

EVITE TODOS LOS PRODUCTOS DE COLOR ROJO Y MORADO.

Asegúrese de tener su jabón antiséptico preoperatorio.

UN (1) DÍA ANTES DE LA CIRUGÍA

Revise su lista de medicamentos para saber cuáles debe suspender en las 24 horas previas a la cirugía.

NO beba alcohol 24 horas antes de la cirugía.

Entre las 3:00 p. m. y 4:30 p. m., el asesor de enfermería le informará sobre la hora de su cirugía.

HORA DE LA CIRUGÍA: _____

Prepare una maleta para el hospital

Ropa holgada (pág. 10)

Artículos de cuidado personal:

■ Traiga sus anteojos, lentes de contacto, aparatos auditivos y su dentadura postiza con el estuche (si corresponde).

■ El hospital proveerá artículos de tocador.

Cabestrillo (si corresponde).

Realice su baño preoperatorio (pág. 4)

Acuéstese sobre sábanas recién lavadas.

Instrucciones sobre el régimen de alimentación

Deje de comer alimentos sólidos a las 11:00 p. m. del día anterior a la cirugía. Esto incluye gomas de mascar, caramelos duros y mentas.

DÍA DE LA CIRUGÍA

ANTES DE SALIR HACIA EL HOSPITAL

Instrucciones sobre el régimen de alimentación

- Todavía puede seguir tomando los siguientes líquidos **HASTA 3 HORAS ANTES** de su cirugía: 7-UP, Sprite, agua, té (no herbal), *ginger ale*, jugo de manzana (sin pulpa) o café (sin crema ni leche).
- Beba 20 oz. de una bebida con electrolitos (Gatorade®, Powerade® o Pedialyte®), **QUE NO SEA ROJA NI MORADA.**
 - **ACABE** de tomar su bebida con electrolitos en 30 minutos. Deberá **TERMINAR** la bebida 3 horas antes de la hora prevista para la cirugía.
- Si un asesor de enfermería de OSF HealthCare le indicó que tomara alguno de sus medicamentos en la mañana de su cirugía, tómelo con su bebida con electrolitos. Remítase a la pág. 6 de este folleto o a las instrucciones que le envió el asesor de enfermería de OSF HealthCare.

Realice su baño preoperatorio

Cepíllese los dientes.

- Mantener una buena higiene bucal le ayudará a prevenir la neumonía.

DETÉNGASE y llame al consultorio del cirujano si se siente algo de lo siguiente:

- No venga al hospital si presenta síntomas de gripe (fiebre superior a los 100 °F, goteo nasal, tos, estornudos, dolor de cabeza, dolor de cuerpo, escalofríos, fatiga o dolor de garganta).

Traiga al hospital lo siguiente (si corresponde):

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Identificación con fotografía | <input type="checkbox"/> Dentadura postiza (con su estuche) |
| <input type="checkbox"/> Copago | <input type="checkbox"/> Anteojos (con su estuche) |
| <input type="checkbox"/> Tarjeta del seguro | <input type="checkbox"/> Aparatos auditivos (con su estuche). |
| <input type="checkbox"/> Máquina CPAP o BIPAP | <input type="checkbox"/> Este folleto informativo |
| <input type="checkbox"/> Inhalador o gotas para los ojos. | |

DÍA DE LA CIRUGÍA SU EXPERIENCIA EN EL HOSPITAL

LLEGADA AL HOSPITAL

- Llegue al OSF Healthcare Saint Anthony Medical Center a la hora indicada.

ESTACIONAMIENTO PARA VISITANTES

- El servicio de estacionamiento de autos está disponible desde las 6:30 a. m. hasta las 6:00 p. m. de lunes a viernes.
- Si su hora de llegada indicada es antes de las 4:30 a. m., tendrá que ingresar por la entrada al Departamento de emergencias.
- Enfrente del hospital hay estacionamiento disponible para visitas.

REGÍSTRESE EN EL MOSTRADOR DE LA RECEPCIÓN.



- Utilice los ascensores próximos al mostrador para ir a la segunda planta, donde se encuentra la Unidad de cirugía ambulatoria.

MOSTRADOR DE RECEPCIÓN DE LA UNIDAD DE CIRUGÍA AMBULATORIA (AMBULATORY SURGERY UNIT, ASU)



TELÉFONO DE ESCRITORIO DESIGNADO

- Al llegar a la Unidad de cirugía ambulatoria se registrará y recibirá su brazalete de identificación del paciente.
- Un integrante del personal le dará la bienvenida.
- Las salas de espera para los visitantes no cuentan con vigilancia las 24 hrs. los 7 días de la semana. Si su familia tiene preguntas, siéntase libre de usar el teléfono asignado en el mostrador para marcar cualquier número telefónico en este folleto.

LINEAMIENTOS

- Solo se permiten **2** personas de apoyo en la sala de espera.
- Se permite **SOLO 1** persona de apoyo con el paciente en la sala preoperatoria.
- Las personas de apoyo pueden turnarse entre la sala de espera y su sala preoperatoria antes de entrar al quirófano.
- **Recomendamos que su persona de apoyo sea un adulto responsable para que permanezca en el hospital durante su cirugía y lo lleve a su casa.**
- En OSF HealthCare Saint Anthony Medical Center seguimos exigiendo el uso de mascarillas y el distanciamiento social mientras se está dentro del hospital.

UNIDAD DE CIRUGÍA AMBULATORIA (ASU)

Procedimientos de la Unidad de cirugía ambulatoria:

- Medición de su altura y peso.
- Evaluación por parte de un profesional de enfermería.
- Preparación de la piel con toallas desinfectantes preoperatorias.
- Desinfección de su nariz con yodo.
- Revisión y firma de su consentimiento.
- Colocación de vía intravenosa.
- Revisión de los factores de riesgo de caída.
- Reunión con su cirujano.
- Reunión con el equipo de anestesia.
 - Es el momento para informar al equipo de anestesia si está ansioso o nervioso.
- Colocación del equipo de compresión secuencial (SCD)
- El enfermero le pedirá el número de teléfono a su persona de apoyo para informarle sobre su estado de salud después de su cirugía. Cuando llegue la hora de la cirugía, un enfermero le trasladará al quirófano. La persona de apoyo recibirá un número de seguimiento que le permitirá seguir su evolución desde los monitores instalados en la sala de espera de la unidad quirúrgica.

INFORMACIÓN SOBRE LA ANESTESIA

Anestesia general

La anestesia general deja al paciente en un profundo estado de sueño e ingresa a los pulmones (anestesia por inhalación), al torrente sanguíneo (anestésico intravenoso) o ambos. No sentirá nada durante el procedimiento. Durante la intervención, el anestesiólogo supervisa continuamente la frecuencia y el ritmo cardíacos, la presión arterial, la respiración y el oxígeno en sangre.

Anestesia regional

La anestesia local es un método utilizado para bloquear de forma temporal la sensibilidad en una zona del cuerpo. Existen tres tipos de anestesia local: Anestesia epidural, anestesia espinal y bloqueo nervioso periférico. Este tipo de anestesia puede emplearse sola o como complemento de otros tipos de anestesia.



EScanee el código QR para ver una Introducción al proceso de anestesia

DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

SALA DE RECUPERACIÓN (PACU)

Después de la cirugía, le llevarán a la sala de recuperación, también conocida como Unidad de cuidados posanestésicos (Post Anesthesia Care Unit, PACU). En este departamento, el personal de enfermería se enfocará en sus signos vitales, como la frecuencia cardíaca, la presión arterial, la temperatura y el ritmo respiratorio. Le pueden suministrar oxígeno. A medida que empiece a despertarse de la anestesia, el profesional de enfermería atenderá sus inquietudes sobre el dolor y las náuseas, si es necesario.

Una vez que esté lo suficientemente despierto, el profesional de enfermería le incitará a respirar profundamente y a toser. Se le ofrecerán pedacitos de hielo. Su estancia en la sala de recuperación puede durar entre 20 minutos y 2 horas. El profesional de enfermería de la sala de recuperación mantendrá informada a su familia llamándola o enviándole un mensaje de texto. Cuando esté listo para salir de la sala, se le trasladará a una habitación de nuestro centro de cirugía para pacientes ambulatorios o se le asignará una cama en una unidad de hospitalización.



Después de la cirugía ocurrirá lo siguiente:

- Se le medirán los signos vitales constantemente.
- Tendrá una vía intravenosa en el brazo para proporcionarle fluidos, antibióticos y analgésicos, si lo necesita.
- Para empezar, se someterá a una dieta conformada por líquidos claros. Posteriormente, continuará con una dieta normal si puede tolerar los líquidos sin sentir náuseas o con mínimas náuseas.
- El personal de enfermería le ayudará a levantarse al cabo de 1 o 2 horas después de la operación.
- Si su cirujano ordena que reciba terapia ocupacional, se le enseñará a utilizar los aparatos de asistencia para sus actividades cotidianas.
- Es posible que se manifiesten efectos secundarios como producto de la anestesia, como: náuseas o vómito, aturdimiento o mareo, retención urinaria o aumento de la somnolencia.**
- Se aplicará hielo sobre la incisión.
- Se le pondrá en una posición cómoda.

MI LISTA DE VERIFICACIÓN DEL ALTA HOSPITALARIA

Marque [✓] la casilla a medida que complete las tareas.

Si ve la abreviatura **pág.** entre paréntesis, consulte la página indicada en el folleto para ver información más detallada.

SITUACIONES EN LAS QUE SE AUTORIZA EL ALTA MÉDICA (continuación)

Objetivos de la evaluación de enfermería

- Signos vitales:
 - Frecuencia cardíaca, presión arterial, temperatura, respiración y niveles de oxígeno en niveles adecuados.
- Pocas náuseas o nada de náuseas:
 - Tolerar el consumo de líquidos y alimentos sin sentir náuseas o muy pocas.
- Vaciar la vejiga (orinar):
 - Deberá orinar entre 6 y 8 horas después de la cirugía. Si tiene dificultad para hacerlo, le explicaremos qué hacer después.
- Control del dolor:
 - Se espera que sienta dolor tras un reemplazo de articulación. Es importante que sepa manejar el dolor. Además de descansar y aplicar hielo al área donde se realizó la cirugía, puede manejar el dolor con medicamentos. Manténgase al tanto para saber cuándo estará disponible su siguiente dosis de analgésicos.
- En su cita de seguimiento, su proveedor tratará con usted la necesidad de fisioterapia para su recuperación.
- Recibir su documentación del alta
 - Aprenda a cuidar de la zona que recibió cirugía.
- Caminar por los pasillos con el personal de enfermería.
- Recibir medicamentos o recetas si no los recibió antes de la cirugía.

Tareas
pendientes

MI LISTA DE VERIFICACIÓN DEL ALTA HOSPITALARIA

Marque [✓] la casilla a medida que complete las tareas.

Si ve la abreviatura **pág.** entre paréntesis, consulte la página indicada en el folleto para ver información más detallada.

SITUACIONES EN LAS QUE SE AUTORIZA EL ALTA MÉDICA (continuación)

Objetivo de la terapia

- Su proveedor realizará una orden para que le visite un terapeuta durante la hospitalización, si es necesario.
 - No todos los pacientes necesitarán terapia antes de recibir el alta del hospital.
- Puede comprar un paquete de dispositivos de asistencia en la farmacia minorista de OSF. Consulte la página 25 para leer más detalles.

LISTA DE VERIFICACIÓN DESPUÉS DEL ALTA MÉDICA

Marque [✓] la casilla a medida que complete las tareas.

Si ve la abreviatura **pág.** entre paréntesis, consulte la página indicada en el folleto para ver información más detallada.

LISTA DE VERIFICACIÓN DESPUÉS DEL ALTA MÉDICA

Cuidados de la incisión

- Revise el ÁREA de su incisión todos los días para buscar señales de infección.

Después de la intervención, es común tener los siguientes síntomas:

- Enrojecimiento, dolor e inflamación en el área de la incisión.
- Rigidez
- Incomodidad
- Sangrado leve o segregación de un líquido claro en la incisión

Manténgase alerta de lo siguiente:

- Más enrojecimiento, inflamación o dolor.
- Mayor segregación de fluidos o de sangre.
- Calor.
- Pus o mal olor.
- Fiebre superior a los 101.4°F.
- Si se presenta cualquiera de estos síntomas, comuníquese con su cirujano ortopédico.

- Siga las instrucciones para el alta sobre el cuidado con vendajes del área intervenida.
- Siga las instrucciones para el alta sobre las duchas o los baños con esponja después de la operación.
- No tome baños ni se sumerja en piscinas o *jacuzzis*; a la intemperie, evite estanques, ríos, lagos u océanos hasta que lo apruebe su proveedor de atención médica.
- Higiene de manos:
 - Lávese las manos con agua y jabón durante un mínimo de 20 segundos antes de cambiarse los vendajes. Use desinfectante para manos si no dispone de agua y jabón.
- Lave las sábanas cada 2 o 3 días hasta que sane el área intervenida.
- No permita que las mascotas suban a la cama.

LISTA DE VERIFICACIÓN DESPUÉS DEL ALTA MÉDICA (continuación)

Controlar su malestar

- Revise su plan para el control del dolor.

Sin medicación

- Descanse.
- Aplique hielo de 3 a 4 veces al día o más si lo necesita para controlar el dolor.

Medicamentos

Hay diferentes medicamentos que puede tomar tras la cirugía para ayudarle a controlar el malestar. Cada medicamento tiene efectos distintos.

A continuación, se mencionan algunos de estos medicamentos:

- Acetaminofeno (Tylenol)
- Medicamentos antiinflamatorios no esteroides (NSAID)
- Opioides o narcóticos
 - Siga las instrucciones para tomar los analgésicos opioides.
 - Necesitará dejar de consumir gradualmente este medicamento.
 - Tome los medicamentos con la comida para evitar náuseas y vómito.
 - Si lo necesita, tome una pastilla para el dolor una hora antes de la fisioterapia para minimizar el dolor durante la terapia.

LISTA DE VERIFICACIÓN DESPUÉS DEL ALTA MÉDICA (continuación)

INFORMACIÓN SOBRE MEDICAMENTOS

Nombre del medicamento: Nombre genérico (nombre de la marca)	Propósito del medicamento "Este medicamento se utiliza para..."	Posibles efectos secundarios: Manténgase alerta de ellos
MEDICAMENTOS COMUNES DESPUÉS DE LA CIRUGÍA		
<input type="checkbox"/> Acetaminofeno (Tylenol) <input type="checkbox"/> (la dosis máxima en 24 horas es de 4,000 mg) <input type="checkbox"/> Tramadol (Ultram®) <input type="checkbox"/> Celecoxib (Celebrex) <input type="checkbox"/> Meloxicam (Mobic)	Tratar el dolor leve y moderado 	<ul style="list-style-type: none"> • Náuseas • Estreñimiento • Somnolencia • Mayor riesgo de sangrado o moretones (ibuprofeno y ketorolaco)
<input type="checkbox"/> Hidrocodona con acetaminofeno (Norco) <input type="checkbox"/> Oxycodona (OxyContin, Roxicodone) <input type="checkbox"/> _____ <input type="checkbox"/> _____	Tratar el dolor moderado e intenso 	<ul style="list-style-type: none"> • Náuseas • Estreñimiento • Somnolencia • Falta de aire • Vómito • Picazón
<input type="checkbox"/> Ciclobenzaprina (Flexeril)	Relajar los músculos y tratar el dolor	<ul style="list-style-type: none"> • Mareo • Dolor de cabeza • Somnolencia • Fatiga
<input type="checkbox"/> Gabapentina (Neurontin) <input type="checkbox"/> Pregabalina (Lyrica)	Tratar el dolor de los nervios	<ul style="list-style-type: none"> • Mareo • Somnolencia • Náuseas
<input type="checkbox"/> Parche con 5 % de lidocaína (Lidoderm)	Tratar el dolor en ubicaciones específicas	<ul style="list-style-type: none"> • Irritación en el área de uso

CONSEJO

Si recibió un sistema de terapia de frío después del reemplazo de hombro, a continuación se mencionan consejos para usarlo. Si no recibió un sistema de terapia de frío, las compresas con hielo funcionan de igual manera.

Escanee el código QR para más información acerca del sistema de terapia de frío



CONSEJO

Intente ver una película, leer un libro, jugar un juego, escuchar música o hablar por teléfono con un amigo para alejar su mente del dolor.

LISTA DE VERIFICACIÓN DESPUÉS DEL ALTA MÉDICA (continuación)

Prevención de coágulos de sangre (trombosis venosa profunda)

Realizar intervenciones para promover el flujo sanguíneo que regresa al corazón.

- Ejercicios de flexiones de tobillo
- Caminar cada 1 o 2 horas

Flexiones de tobillo

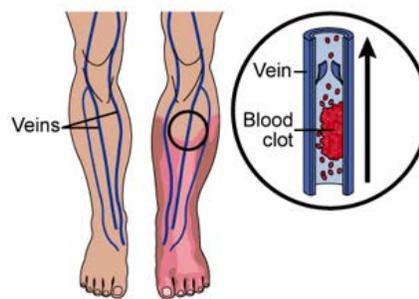
■ Las flexiones de tobillo pueden ayudar a prevenir los problemas circulatorios, como la aparición de coágulos de sangre.



■ Haga las flexiones de tobillo estirando y doblando los pies.

Conocer las señales y los síntomas de un coágulo de sangre:

- Dolor
- Inflamación
- Enrojecimiento o decoloración en una pierna



Llame al 911 si experimenta lo siguiente:

- Dolor en el pecho.
- Dificultad para respirar.
- Frecuencia cardíaca acelerada.
- Tos (posiblemente sanguinolenta).
- Transpiración
- Desmayos

Escanee el código QR a continuación para ver un video sobre la trombosis venosa profunda



Si estaba tomando un anticoagulante antes de la cirugía, averigüe cuándo puede retomar su consumo.

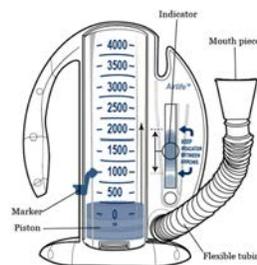
LISTA DE VERIFICACIÓN DESPUÉS DEL ALTA MÉDICA (continuación)

Prevención de la neumonía

- Tener mala higiene bucal puede aumentar el riesgo de contraer neumonía.

La atelectasia es una complicación común después de la cirugía

- ¿Cuáles son las causas de la atelectasia?
 - Tomar medicamentos, como los sedantes, que disminuyen la frecuencia y la profundidad respiratoria.
 - Estar en la cama o recostado durante períodos largos.
- ¿Cómo se puede tratar? El tratamiento para esta afección depende de la causa. *El tratamiento puede involucrar lo siguiente:*
 - Levantarse de la cama para caminar.
 - Tos. Toser ayuda a soltar las mucosidades de las vías respiratorias.
 - Hacer ejercicios de respiración profunda. Un espirómetro de incentivo es un dispositivo que se utiliza para ayudarle a respirar profundamente.



Escanee el código QR a continuación para ver un video sobre cómo usar un espirómetro de incentivo



Prevenir el estreñimiento

Los medicamentos anestésicos y los narcóticos para el dolor pueden causar estreñimiento. Nuestro objetivo es mantener normal su rutina de evacuación después de la cirugía para prevenir el estreñimiento. *Para conseguirlo, puede hacer lo siguiente:*

- Caminar.
- Beber de 8 a 10 vasos de agua al día.
 - Evitar las bebidas con cafeína o carbonatadas.
- Consumo de fibra (*alimentos que la incluyen*):
 - Cereales con alto contenido de fibra.
 - Cereales integrales, salvado de trigo y arroz integral.
 - Las zanahorias, el brócoli y otros vegetales de color verde.
 - Fruta fresca, especialmente manzanas, peras y frutos secos, como las pasas y los albaricoques.
 - Nueces y legumbres, especialmente, frijoles, como lentejas, frijoles rojos y habas de Lima)
- Tomar ablandadores de heces.

Nombre del medicamento: Nombre genérico (nombre de la marca)	Propósito del medicamento "Este medicamento se utiliza para..."	Posibles efectos secundarios: Manténgase alerta de ellos
MEDICAMENTOS GASTROINTESTINALES Y URINARIOS		
<input type="checkbox"/> Bisacodilo (Dulcolax) <input type="checkbox"/> Docusato <input type="checkbox"/> Polietilenglicol (MiraLAX) <input type="checkbox"/> Senna y docusato (Senokot) <input type="checkbox"/> Senósidos (Senna) <input type="checkbox"/> _____	Tratar y prevenir el estreñimiento 	 Náuseas <ul style="list-style-type: none"> • Calambres • Gases • Diarrea

PLANIFICACIÓN DEL ALTA DESPUÉS DE LA CIRUGÍA ORTOPÉDICA

Es muy importante que tenga un plan de alta definido antes de la cirugía.

Hable con su cirujano acerca de las recomendaciones para la planificación de su alta, ya sea que regrese a su hogar y acuda a fisioterapia, o que regrese a casa sin servicios de terapia. A algunos pacientes se les da el alta el mismo día de la cirugía o pasan una noche en el hospital. Planifique contar con alguien que esté disponible para llevarle a casa desde el hospital.

SERVICIOS DE TERAPIA EN CASA

Después de recibir el alta, el cirujano puede ordenarle atención de enfermería, fisioterapia a domicilio, terapia ambulatoria o no ordenarle terapia. La atención de fisioterapia a domicilio se brinda de 2 a 3 veces a la semana y las sesiones duran máximo una hora. Si se ordena uno de estos servicios, el administrador de casos le enviará a la agencia de atención médica a domicilio de su elección.

CUIDAR DE UN SER QUERIDO

Si cuida de un ser querido, necesitará ayuda para proporcionarle atención después de la cirugía.

Se pueden proporcionar servicios adicionales de apoyo en casa, pero pueden implicar gastos por cuenta propia. Comuníquese con el administrador de casos de OSF HealthCare para recibir asistencia.

TRANSPORTE

La administración de casos coordinará el transporte al centro de enfermería especializada o al hogar, si es necesario.

Si se considera clínicamente necesario, se puede coordinar el uso de una ambulancia. Por lo general, el seguro debe cubrir una parte o la totalidad de su uso, si es que usted vive en la localidad, pero no podemos garantizarlo de forma definitiva.

La otra alternativa es gestionar una camioneta para silla de ruedas. No obstante, Medicare no asumirá el costo y el seguro, generalmente, tampoco cubre el transporte en una camioneta de este tipo. Se le facturará a usted una tarifa plana junto con el millaje correspondiente.

PREGUNTAS FRECUENTES

Viajes y seguridad

Cuando pase por el control de seguridad del aeropuerto o se encuentre en un edificio que use un detector de metales, hágales saber que tiene un reemplazo de hombro.

¿Cuándo podré volver al trabajo?

Converse con el cirujano sobre este tema.

- Si su trabajo implica la realización de tareas pesadas y de esfuerzo físico, converse con el cirujano.
- Pregunte a su empleador si existen normas que indiquen cuándo debe volver a trabajar.
- Si necesita un formulario de reincorporación al trabajo o un informe de discapacidad, llévelos a su cita de seguimiento o envíelos por fax al consultorio del cirujano.

Conducir

- Solo hasta que el cirujano ortopédico lo autorice.
- No tome medicamentos narcóticos para el dolor.

¿Cuándo podré dejar de usar el cabestrillo?

- Use el cabestrillo según lo indique su proveedor de atención médica. Retíreselo únicamente cuando lo autorice su proveedor de atención médica.
- Revise todos los días la piel alrededor del cabestrillo. Infórmele a su proveedor de atención médica acerca de sus inquietudes.
- Afloje el cabestrillo si siente cosquilleo en los dedos, si estos se entumecen o si se vuelven fríos y azules.
- Mantenga el cabestrillo limpio y seco.

SERVICIO DE ENTREGA DE MEDICAMENTOS PARA EL ALTA

ENTREGA DE MEDICAMENTOS EN LA HABITACIÓN

Surtir las recetas después de una estadía en el hospital puede ser complicado. Permita que la farmacia de OSF HealthCare Saint Anthony se encargue del trabajo de surtir las nuevas recetas con el programa de entrega en la habitación. Pregunte al personal de enfermería sobre la entrega en la habitación.

Pago

- El copago se cobrará al momento de la entrega de los medicamentos. Las transacciones de copago se realizarán en el momento.
- Las recetas que se surtan después del alta no se podrán agregar a la cuenta.

¿Dónde está la farmacia de OSF HealthCare?

- La farmacia está ubicada en el piso principal de la torre norte.

Fuera del horario

- La farmacia de OSF HealthCare se encuentra abierta de lunes a viernes de 9 a. m. a 7 p. m. y sábados y domingos de 9 a. m. a 5 p. m. Si recibe el alta después del horario de atención, el personal de enfermería puede imprimir las recetas del alta para que las lleve a la farmacia de su elección.

Pregúntenos acerca de los paquetes de dispositivos de asistencia. (815) 395-6010



Algunos medicamentos pueden ser costosos. Pregunte en la farmacia minorista si hay cupones disponibles.

HACEMOS LO PROPIO PARA COMBATIR LA CRISIS DE OPIOIDES

OSF HealthCare encabeza la iniciativa para reducir el mal uso de los medicamentos con receta. Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) dicen que los Estados Unidos se enfrentan a una epidemia de muertes por sobredosis de medicamentos. Desde 2000, la tasa de muertes por sobredosis de medicamentos ha aumentado en un 137 %, lo cual conlleva un aumento del 200 % en la tasa de muertes por sobredosis de opioides. Para brindar ayuda, OSF HealthCare instaló un punto seguro de recolección de medicamentos en la recepción de la entrada principal. Esto tiene la finalidad de que no se haga mal uso de los medicamentos.



MEDICAMENTOS SOBANTES DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

Regréselos

- ◆ Cualquiera puede depositar medicamentos con receta o de venta libre en cualquier momento.
- ◆ Los medicamentos pueden dejarse en el frasco.
- ◆ No tire lo siguiente a la basura:
 - Agujas u objetos punzantes
 - Líquidos, lociones o ungüentos
 - Inhaladores
 - Latas de aerosol
 - Bolsas o tubos de vía intravenosa
 - Termómetros

EJERCICIOS PARA FLEXIBILIZAR LOS HOMBROS

EJERCICIO DEL PÉNDULO

A continuación, se enumeran los pasos para el ejercicio del péndulo:

- Inclínese sobre el brazo sano apoyado en una mesa o silla.
- Relaje el brazo adolorido, dejando que cuelgue hacia abajo.
- Lentamente, comience a mover el brazo relajado. Muévelo en círculos pequeños y, poco a poco, haga círculos más grandes si puede. Luego, invierta la dirección. Después, muévelo hacia delante y hacia atrás. Finalmente, muévelo de lado a lado.



Nota: Dedique aproximadamente 5 minutos, 3 veces al día, para realizar este ejercicio. Cambie la dirección después de moverlo durante 1 minuto.

CALENDARIO DE LA LISTA DE VERIFICACIÓN POSTERIOR AL ALTA

	1° Día/Fecha:	2° Día/Fecha:	3° Día/Fecha:	4° Día/Fecha:	5° Día/Fecha:	6° Día/Fecha:	7° Día/Fecha:
DOLOR En la escala del 0 al 10 donde 0 equivale a la ausencia de dolor y 10 a un dolor insoportable.	En reposo:						
	Actividad relacionada con:						
MOVILIDAD Paseos cortos diez veces al día; por ejemplo, caminar hasta el baño o hasta la cocina. <i>Marque la casilla cuando lo realice.</i>							
APLICACIÓN DE HIELO <i>Marque la casilla cuando lo realice.</i>							
RESPIRACIÓN Utilice el espirómetro de incentivo siguiendo las instrucciones del enfermero. (Diez veces por hora mientras está despierto) <i>Marque la casilla cuando lo realice.</i>							
Revisión de la presión arterial (si toma medicación para la P. A.)	P. A.: /						
Revisión de sus niveles de azúcar en sangre (si padece de diabetes)	Azúcar en sangre:						
Cita de seguimiento con su cirujano							
Sesiones de fisioterapia							

CALENDARIO DE LA LISTA DE VERIFICACIÓN POSTERIOR AL ALTA

	8° Día/Fecha:	9° Día/Fecha:	10° Día/Fecha:	11° Día/Fecha:	12° Día/Fecha:	13° Día/Fecha:	14° Día/Fecha:
DOLOR En la escala del 0 al 10 donde 0 equivale a la ausencia de dolor y 10 a un dolor insoportable.	En reposo:						
	Actividad relacionada con:						
MOVILIDAD Paseos cortos diez veces al día; por ejemplo, caminar hasta el baño o hasta la cocina. <i>Marque la casilla cuando lo realice.</i>							
APLICACIÓN DE HIELO <i>Marque la casilla cuando lo realice.</i>							
RESPIRACIÓN Utilice el espirómetro de incentivo siguiendo las instrucciones del enfermero. (Diez veces por hora mientras está despierto) <i>Marque la casilla cuando lo realice.</i>							
Revisión de la presión arterial (si toma medicación para la P. A.)	P. A.: /						
Revisión de sus niveles de azúcar en sangre (si padece de diabetes)	Azúcar en sangre:						
Cita de seguimiento con su cirujano							
Sesiones de fisioterapia							

Si desea obtener más recursos informativos sobre la salud,
visite Health & Wellness (Salud y Bienestar) en [osfhealthcare.org](https://www.osfhealthcare.org)

H0030-10000-22-2263-SP (1/23)

