

Sección 4:

¿Cómo me preparo para la operación?

*Ojo: En su primera consulta se determinará si se le programaran más consultas en cardiología, pulmonología o psiquiatría y si también requerirá análisis de sangre o placas de rayos X.

Completar antes que le programen una fecha de operación

Lista de revisión:

- Revisar todo el material educativo una y otra vez cuidadosamente.
- Comprender que los cambios en sus hábitos alimenticios y de vida serán permanentes. La decisión de proseguir con la operación debe hacerse luego de analizar cuidadosamente los riesgos, beneficios y consecuencias de por vida. La cirugía de derivación gástrica no es reversible.*
- Dejar de fumar. Fumar aumenta las probabilidades de desarrollar úlceras o complicaciones posoperatorias. No se realizará la operación si usted sigue fumando.*
- Dejar de consumir cafeína. Hágalo de forma gradual, ya que parar abruptamente puede provocarle dolores de cabeza severos. Después de la operación no podrá beber más café, té o bebidas carbonatadas con cafeína. Ciertos medicamentos disponibles sin receta (Excedrin) o recetados (Fiurinol) contienen cafeína, lea las etiquetas y consulte a su farmacéutico.*
- Empezar un programa de ejercicios gradualmente vigoroso, como caminatas diarias o usando una caminadora, aeróbicos acuáticos.*
- Asistir a las citas y clases programadas.*
- Alcanzar el peso acordado antes de la operación.*
- Conseguir resultados de análisis o placas de rayos-X de su hospital local o central. Que manden los resultados por fax a la asesora de casos del programa de cirugía bariátrica del centro médico de Richmond Chris Powell RN, **Número de fax: (510) 307-2463.***

¡FELICITACIONES! Vaya al siguiente paso....

Completar una vez tenga una fecha de operación

Lista de revisión:

Programa las siguientes citas en el centro médico de Richmond:

- 1. Cita en la clínica de anestesiología (a cumplirse de 1 a 3 días antes de la operación).*
- 2. Consultas adicionales (sólo si han sido recomendadas por el cirujano o la asesora del programa).*

Llame al (510) 307-2915 para programar dichas citas.

Asistir a la clase preoperativa (continúe con las demás clases programadas).

Cerciórese de completar cualquier prueba o examen pendiente.

Continúe con la dieta recetada (por lo general 1200 calorías).

Siga con sus ejercicios (auméntelos mientras lo tolere). Aumente los ejercicios del torso superior (brazos) para que le ayude con su recuperación.

La semana antes de la operación:

Prepararse para su regreso del hospital (lea la siguiente lista).

● *Compre los siguientes productos y téngalos disponibles en casa:*

- *Caldo transparente o consomé*
- *Jugos 100% de fruta, transparentes, sin azúcar o edulcorantes.*
- *Complejos multivitamínicos masticables con hierro (infantil o de adultos).*
- *Vitamina B12 formato sublingual.*
- *Edulcorantes*
- *Gelatina (sin azúcar).*
- *Paletas (sin azúcar).*
- *Puré de manzanas*
- *Pudín o flan sin azúcar.*

3 días antes de la operación:

- Empacar cosas para la hospitalización (lea esta lista).*
- *Empaque un maletín para traerlo consigo al hospital. No traiga artículos de valor. Incluya lo siguiente:*
 - *Ropa suelta para cuando le den de alta.*
 - *Una bata cómoda.*
 - *Desodorante, cepillo dental y pasta de dientes.*
 - *Peine o cepillo para el cabello.*
 - *Un libro o revista.*
 - *Las mujeres deben traer un sostén de una talla más, para evitar poner presión en la incisión.*
- Comprar leche de magnesia (sí es que aún no lo ha hecho).*
- Si usa una máquina de presión positiva continua en las vías respiratorias (CPAP), traígala consigo para usarla en el hospital.*

El día antes de la operación → El día de la operación

<input type="checkbox"/> <i>Tome 2 o 3 cucharadas de leche de magnesia entre las 6am y las 10am.</i>	<input type="checkbox"/> <i>Llegue al hospital a la hora acordada en su cita preoperatoria.</i>
<input type="checkbox"/> <i>Siga la dieta de 1200 calorías. Ningún cambio especial.</i>	<input type="checkbox"/> <i>Traiga la máquina CPAP si lo requiere</i>
<input type="checkbox"/> <i>Recibirá una llamada confirmandole la operación.</i>	<input type="checkbox"/> <i>Venga con la persona que le brindará apoyo.</i>
<input type="checkbox"/> <i>Acabe de cenar a las 6pm (sin excepciones).</i>	<input type="checkbox"/> <i>Tome sus medicamentos si lo indico el anestésico.</i>
<input type="checkbox"/> <i>SOLO líquidos ralos de 6pm a 12 de la medianoche (caldos, gelatina dietética, café descafeinado sin crema, agua).</i>	
<u><i>No consuma nada después de la medianoche.</i></u>	

"No hay últimas cenas".