



INFORMACIÓN AL PACIENTE

VÍA CLÍNICA RICA (Recuperación Intensificada de Cirugía Abdominal) DE COLON

INTRODUCCIÓN

Usted va a ser ingresado para ser intervenido de cirugía del colon.

Le entregamos estos documentos para informales de lo que irá sucediendo a lo largo del ingreso.

Tenga en cuenta que **cada caso debe ser personalizado** y que lo que aquí se indica sólo es aproximado.

Todo el personal del quirófano, reanimación y de la planta de Cirugía está a su disposición para aclararle las dudas que le puedan surgir durante el proceso (no dude en consultar con su médico o enfermera de la Unidad).

Esta **Vía Clínica** llamada **RICA (Recuperación Intensificada de Cirugía Abdominal)** en el que usted participa con motivo de su intervención, consiste en la aplicación de una serie de medidas para disminuir las consecuencias que implica toda intervención quirúrgica, reduce las posibles complicaciones, agiliza la recuperación y puede incluso reducir la estancia hospitalaria.

Su colaboración activa como paciente y la de sus familiares o cuidadores, así como el cumplimiento de todas sus fases, es fundamental para el buen funcionamiento y el éxito de este programa.

Existen tres etapas principales:

1. Preparación previa al ingreso
2. Durante su estancia en el hospital
3. Recomendaciones al alta

Todo el personal sanitario que le atenderá a lo largo de esta Vía Clínica, está preparado para resolver todas sus dudas y guiarle en el desarrollo de cada fase.



PREPARACIÓN PREVIA AL INGRESO

La preparación previa del paciente es fundamental y asegura que el paciente se encuentre en las mejores condiciones posibles, identificando los riesgos personales en el preoperatorio.

Usted visitará las consultas de cirugía, anestesia y enfermería para recibir toda la información necesaria acerca de los detalles de su intervención y las tareas que requieren de su colaboración.

A continuación le señalamos sus objetivos más inmediatos y previos al día del ingreso:

- **Si fuma, abandone el consumo de tabaco:** es importante que entienda que todo el esfuerzo que pueda dedicar a disminuir el consumo de tabaco, revertirá directamente en una disminución de las posibles complicaciones respiratorias que pueda sufrir durante el proceso quirúrgico.
- **Ejercicios de fisioterapia respiratoria:** con la cirugía puede aumentar el riesgo de presentar complicaciones respiratorias, para prevenirlas su enfermera le enseñará a trabajar su musculatura respiratoria con el uso del inspirómetro incentivador, además de los ejercicios que deberá de realizar con esta herramienta los días previos a la cirugía.
- **Nutrición preoperatoria:** durante la cirugía se va a requerir un alto gasto energético y será muy importante el estado nutricional previo del paciente para favorecer la cicatrización y la defensa del organismo ante las infecciones.

Para lograr un mejor estado nutricional preoperatorio, al menos los diez días previos a la cirugía, debe seguir una dieta rica en proteínas, evitando cocinar con grasas.

- También, los tres días previos a la cirugía (5 días si usted es estreñido), llevará una *dieta pobre en residuos* para tener menos heces en su intestino.

Dieta sin fibras:

ALIMENTOS PERMITIDOS	Caldo de carne, pescado blanco (hervido o a la plancha), tortilla francesa, jamón cocido, pasta, arroz, huevos, carnes a la plancha, agua, café o infusiones.
ALIMENTOS PROHIBIDOS	Frutas, verduras, legumbres, hortalizas, patatas, guisos de carne o pescado, embutidos, pan, bollería, chocolate, frutos secos, alcohol, bebidas gaseosas.

- **No debe tomar bebidas alcohólicas:** el alcohol está relacionado con complicaciones postoperatorias
- **Ejercicio previo a la cirugía:** el ejercicio físico moderado practicado antes de su ingreso contribuirá favorablemente en su recuperación posterior. Su enfermera le asesorará que tipo de actividad puede practicar dependiendo de su estado físico.



DURANTE SU ESTANCIA EN EL HOSPITAL

Al ingreso y después de la cirugía el equipo sanitario de profesionales que le atenderá le irá indicando cuales deben de ser los pasos de su recuperación día a día. Recuerde que su colaboración e implicación es clave en el adecuado progreso de su evolución.

- **EL DÍA DEL INGRESO** se le preparará para la intervención. Si es necesario, le pondrán enemas. Podrá pasear y desenvolverse con normalidad.
Le explicarán cuáles son los tiempos de ayuno preoperatorio recomendados: 6 horas para sólidos y 2 horas para líquidos claros (agua, infusiones, jugos sin pulpa, bebidas isotónicas, bebidas ricas en hidratos de carbonos, té, café y sopas coladas).
- **EL DÍA DE LA INTERVENCIÓN** se le llevará a quirófano, y una vez operado, a la Unidad de Reanimación Post Anestésica (URPA). Permanecerá atendido por el personal sanitario, y empezarán a sentarlo en la cama/sillón y si lo desea podrá empezar a beber líquidos.
Lo más probable es que ese mismo día sea llevado de nuevo a su habitación.
- **EL PRIMER DÍA POSTOPERATORIO** será atendido por el personal de la planta y recibirá la visita de sus cirujanos. Recibirá sueros y medicación intravenosa y se iniciará dieta oral y bebidas energéticas. Se le extraerá analítica de control. Le ayudarán a sentarse en un sillón y empezará a andar por la habitación.
- **EL SEGUNDO DÍA POSTOPERATORIO** será atendido por el personal de la planta y recibirá la visita de sus cirujanos. Podrá progresar en la dieta, seguir con bebidas energéticas, y hasta que la tolere seguirá con los sueros y la medicación intravenosa. Progresivamente deberá empezar a caminar.
- **EL TERCER DÍA POSTOPERATORIO** será atendido por el personal de la planta y recibirá la visita de sus cirujanos. Su actividad física será mayor y le permitirá realizar su aseo personal. Si ha tolerado la dieta y no ha vomitado empezará a recibir medicación oral.
- **EL CUARTO DÍA POSTOPERATORIO** será atendido por el personal de la planta y recibirá la visita de sus cirujanos. Deberá seguir paseando como los días previos. Ya se le habrán retirado las vías y recibirá medicación oral así como una dieta que será progresivamente más consistente. Se valorará el alta a domicilio y se le darán las recomendaciones apropiadas.

Le recordamos que **cada caso debe ser personalizado** y este protocolo que aquí se indica sólo es aproximado.



RECOMENDACIONES AL ALTA

La planificación prevista al ALTA para usted será revisada y validada por los médicos y enfermeras responsables de su alta hospitalaria.

Possiblemente su fecha de alta probable se le habrá comunicado con antelación por parte de su médico, esto facilita que usted pueda tener preparado todo lo necesario para irse a su domicilio, o centro asistencial si lo requiere, con tiempo suficiente.

El equipo de seguimiento de la Vía Clínica RICA le facilitará un teléfono de contacto para que pueda consultar cualquier duda que tenga durante las primeras 24 horas de alta.

El equipo de seguimiento informará a su centro de salud de su alta a domicilio para que le realicen un seguimiento en las próximas 48 horas.

Su alta hospitalaria está basada en criterios y objetivos específicos que cuando usted los cumpla podrá ser dado de alta.

Estos criterios son:

- Control efectivo del dolor con analgesia oral.
- Buena tolerancia oral a líquidos y dieta, sin náuseas ni vómitos.
- Autonomía en la movilidad.
- Programa de enseñanza de manejo de la ostomía completado, si fuera necesario.