



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

# **Información sobre la cirugía de hernia quirúrgica abdominal**

Esta guía le ayudará a prepararse para la cirugía de hernia quirúrgica abdominal en MSK. También le ayudará a saber qué esperar mientras se recupera.

Use esta guía como fuente de información en los días previos a su cirugía. Tráigala con usted el día de su cirugía. Usted y su equipo de atención la usarán a medida que aprenda más sobre su recuperación.

## **Información sobre la cirugía de hernia quirúrgica abdominal**

### **Información sobre las hernias de la pared abdominal**

La pared abdominal consiste en músculos. Esta protege los órganos en el abdomen (vientre).

Una hernia es cuando un órgano o tejido graso sobresale a través de una zona débil de la pared abdominal o el tejido conjuntivo del abdomen (véase la figura 1).

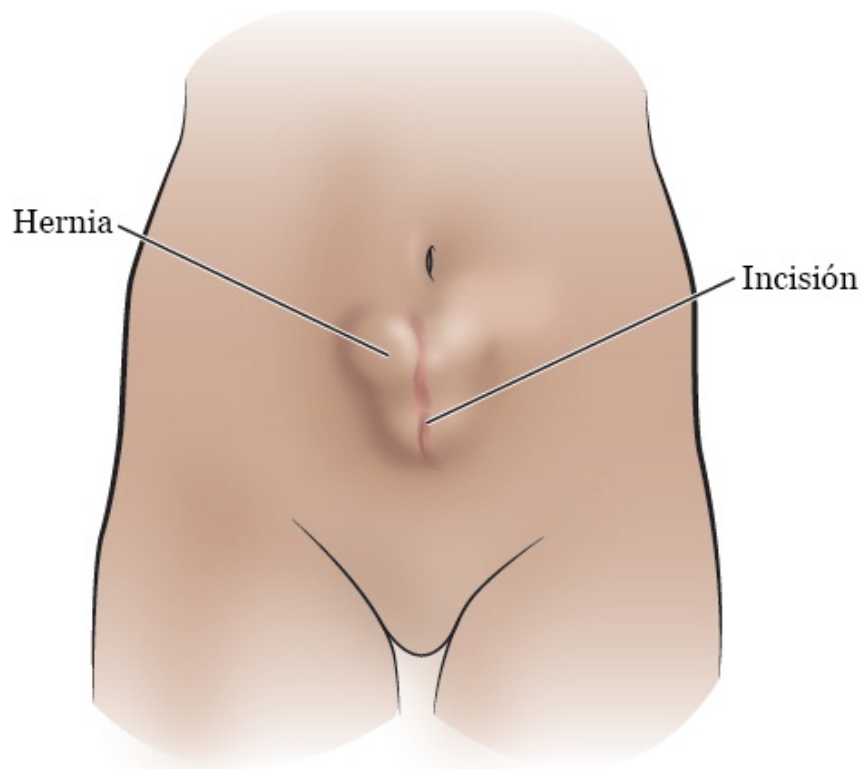


Figura 1. Una hernia abdominal

---

Un tipo de hernia es la hernia quirúrgica. Puede desarrollarse alrededor de la incisión (el corte quirúrgico), en el tejido cicatricial de una cirugía anterior (véase la figura 2). Puede suceder después de una cirugía en la zona abdominal, desde el esternón hasta la ingle.

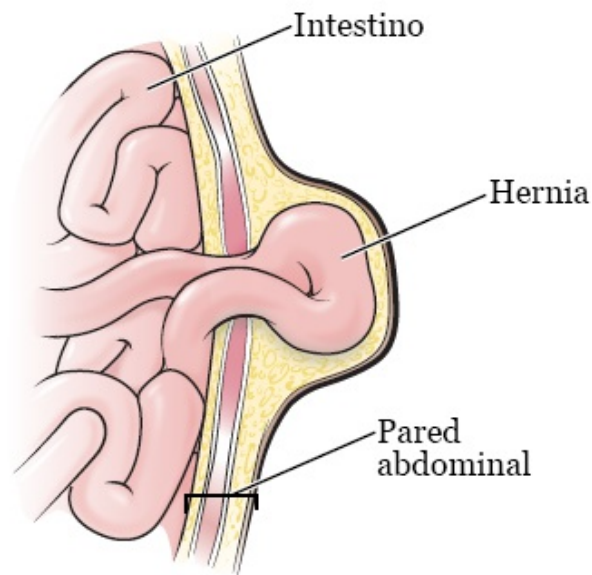


Figura 2. Una hernia quirúrgica abdominal

Con una hernia quirúrgica, es posible que perciba inflamación o un bulto debajo de la piel donde le hicieron la cirugía. También es posible que sienta molestias en el abdomen al levantar cosas o al inclinarse.

### **Información sobre la cirugía de hernia**

El tratamiento para una hernia es la cirugía. Hay diferentes tipos de cirugías para las hernias, como la cirugía abierta y la cirugía laparoscópica. El cirujano hablará con usted sobre cuál es el mejor tipo de cirugía para la hernia en su caso.

### **Cirugía laparoscópica**

El cirujano le hará algunas incisiones (cortes) pequeñas en el abdomen. Luego le inflará el abdomen con aire para poder ver sus órganos. El cirujano le introducirá un endoscopio (sonda) delgado y equipado con una luz, que se denomina laparoscopio, a través de la incisión. Introducirá instrumentos para reparar la hernia a través de las otras incisiones.

## **Cirugía abierta**

El cirujano hará una incisión (corte) lo suficientemente grande como para retirar el tejido cicatricial y la grasa de la pared abdominal próxima a la hernia. También es posible que coloque un parche de malla a modo de sostén de la parte debilitada de la pared abdominal. El parche de malla se fija en la pared abdominal para tapar el orificio o la zona debilitada que hay debajo. Con el tiempo, la pared abdominal interna absorberá este parche.

La cirugía tardará alrededor de 3 horas.

## **Antes de su cirugía de hernia quirúrgica abdominal**

Esta sección le ayudará a prepararse para su cirugía. Léala cuando se le programe la cirugía. Consúltela a medida que se acerque su cirugía. Contiene información importante sobre lo que debe hacer para prepararse.

Mientras lee esta sección, escriba preguntas para hacerle a su proveedor de cuidados de la salud.

### **Preparación para su cirugía**

Usted y su equipo de atención médica trabajarán juntos para prepararse para la cirugía. Ayúdenos a mantenerle a salvo. Díganos si alguna de estas cosas corresponde a su caso, incluso si no está seguro.

- Tomo un anticoagulante (diluyente de la sangre), como:
  - Aspirin
  - Heparin

- Warfarin (Jantoven<sup>®</sup>, Coumadin<sup>®</sup>)
- Clopidogrel (Plavix<sup>®</sup>)
- Enoxaparin (Lovenox<sup>®</sup>)
- Dabigatran (Pradaxa<sup>®</sup>)
- Apixaban (Eliquis<sup>®</sup>)
- Rivaroxaban (Xarelto<sup>®</sup>)
- Tomo un inhibidor de SGLT2, como:
  - Canagliflozin (Invokana<sup>®</sup>)
  - Dapagliflozin (Farxiga<sup>®</sup>)
  - Empagliflozin (Jardiance<sup>®</sup>)
  - Ertugliflozin (Steglatro<sup>®</sup>)
- Tomo medicamentos que se obtienen con receta, incluso uso parches y cremas. Un medicamento con receta es aquel que solo puede obtener con una receta de un proveedor de cuidados de la salud.
- Tomo medicamentos sin receta, incluso parches y cremas. Un medicamento sin receta es aquel que puede obtener sin una receta.
- Tomo suplementos alimenticios, como hierbas, vitaminas, minerales o remedios naturales o caseros.
- Tengo un marcapasos, un desfibrilador cardioversor implantable automático (AICD) u otro aparato para el corazón.
- Tengo apnea del sueño.

Estos son ejemplos de medicamentos. Hay otros.

**Asegúrese siempre de que sus proveedores de cuidados de la salud conozcan todos los medicamentos y suplementos que está tomando.**

- He tenido problemas con la anestesia en el pasado. La anestesia es un medicamento que hace que se duerma durante una cirugía o procedimiento.
- Soy alérgico a ciertos medicamentos o materiales, entre ellos el látex.
- No estoy dispuesto a recibir una transfusión de sangre.
- Tomo bebidas alcohólicas.
- Fumo o uso un dispositivo electrónico, como un vapeador o un cigarrillo electrónico.
- Uso drogas recreativas, como la marihuana.

### **Acerca del consumo de bebidas alcohólicas**

Es importante que hable con su proveedor de cuidados de la salud en cuanto a la cantidad de alcohol que beba. Esto nos ayudará a planificar su atención.

Si usted bebe alcohol de forma regular, podría correr el riesgo de sufrir complicaciones durante y después de su cirugía. Entre ellas se encuentran: hemorragias, infecciones, problemas cardíacos y una hospitalización más prolongada.

Si bebe alcohol con regularidad y deja de hacerlo de forma repentina, esto puede causarle convulsiones, delirio y la muerte. Si sabemos que corre el riesgo de tener estos problemas, podemos recetarle medicamentos para ayudar a prevenirlos.

Estas son algunas cosas que puede hacer antes de su cirugía para evitar problemas.

- Sea franco con el proveedor de cuidados de la salud en

cuanto a la cantidad de alcohol que consume.

- Intente dejar de consumir alcohol en cuanto se planea la cirugía. Informe a su proveedor de cuidados de la salud de inmediato si usted:
  - Siente dolor de cabeza.
  - Siente náuseas (sensación de que va a vomitar).
  - Siente más ansiedad (nerviosismo o preocupación) que de costumbre.
  - No puede dormir.

Todos ellos son los primeros síntomas del síndrome de abstinencia, el cual se puede tratar.

- Si no puede dejar de beber, avísele al proveedor de cuidados de la salud.
- Haga preguntas a su proveedor de cuidados de la salud sobre la bebida y la cirugía. Como siempre, toda su información médica se mantendrá en privado.

### **Acerca del fumar**

Las personas que fuman pueden llegar a sufrir problemas respiratorios si se les practica una cirugía. El hecho de dejar de fumar, aunque sea por unos pocos días antes de la cirugía, podría ser de utilidad.

Si fuma, su proveedor de cuidados de la salud le derivará al [Programa de Tratamiento del Tabaquismo](#). También puede llamar al programa al 212-610-0507.

### **Acerca de la apnea del sueño**

La apnea del sueño es un problema respiratorio común. La persona que tiene apnea del sueño deja de respirar durante breves períodos de tiempo mientras duerme. El tipo más común es la apnea obstructiva del sueño (OSA). Con la OSA, las vías respiratorias se bloquean por completo mientras duerme.

Este tipo de apnea puede causar problemas graves durante y después de la cirugía. Le pedimos que nos informe si tiene o cree que podría tener apnea del sueño. Si utiliza un dispositivo de respiración, como una máquina CPAP, tráigalo el día de su cirugía.

## **Uso de MyMSK**

MyMSK ([my.mskcc.org](http://my.mskcc.org)) es el portal para pacientes de MSK. Puede usarla para intercambiar mensajes con su equipo de atención médica, ver los resultados de sus exámenes, ver las fechas y horarios de sus citas y mucho más. También puede invitar a su cuidador a que cree su propia cuenta, para que pueda ver información sobre su atención.

Si no tiene una cuenta de MyMSK, puede crear una en [my.mskcc.org](http://my.mskcc.org). Para obtener un ID de inscripción, puede llamar al 646-227-2593 o al consultorio de su médico.

Mire *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymask-patient-portal](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymask-patient-portal)) para obtener más información. También puede comunicarse con el servicio de ayuda de MyMSK en la dirección [mymask@mskcc.org](mailto:mymask@mskcc.org) o llamando al 800-248-0593.

## **Dentro de los 30 días previos a su cirugía**



## **Pruebas prequirúrgicas (PST)**

Tendrá una consulta prequirúrgica antes de su cirugía. Recibirá un recordatorio del consultorio de su cirujano con la fecha, la hora y el lugar de la cita. Visite [www.msk.org/parking](http://www.msk.org/parking) para obtener información sobre dónde estacionar y cómo llegar a todos los centros de MSK.

El día de la consulta prequirúrgica puede comer y tomar sus medicamentos habituales.

Es útil llevar lo siguiente a su cita:

- Una lista de todos los medicamentos que tome, incluso los que adquiera con y sin receta, así como parches y cremas que use.
- Los resultados de las pruebas médicas que se haya realizado fuera de MSK el último año, si los tiene. Algunos ejemplos son pruebas de esfuerzo cardíaco, ecocardiogramas o estudios Doppler de la carótida.
- Los nombres y números de teléfono de sus proveedores de cuidados de la salud.

Se reunirá con un proveedor de práctica avanzada (APP) durante su consulta prequirúrgica. Este trabaja de cerca con el personal de anestesiología de MSK. Estos son médicos con formación especializada en el uso de la anestesia durante una cirugía o procedimiento.

Su proveedor de práctica avanzada revisará sus antecedentes médicos y quirúrgicos. Es posible que le hagan pruebas para planificar su atención, como:

- Un electrocardiograma (ECG) para controlar el ritmo de su corazón.
- Una radiografía de tórax.
- Análisis de sangre.

El proveedor de práctica avanzada podría recomendarle que consulte a otros proveedores de cuidados de la salud. También hablará con usted sobre qué medicamentos debe tomar la mañana de su cirugía.

### **Elija a su cuidador**

El cuidador tiene un rol importante en su atención. Antes de su cirugía, sus proveedores de cuidados de la salud les brindarán información sobre su cirugía a usted y a su cuidador. Después de su cirugía, su cuidador le llevará a casa cuando reciba el alta. También le ayudará a cuidarse a usted mismo en casa.

### **Para los cuidadores**



El cuidado de alguien que se encuentra bajo tratamiento contra el cáncer conlleva muchas responsabilidades. Ofrecemos recursos y apoyo para ayudarle a hacerles frente. Para obtener más información, visite [www.msk.org/caregivers](http://www.msk.org/caregivers) o lea *Guía para cuidadores* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/guide-caregivers](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/guide-caregivers)).

### **Complete un formulario Health Care Proxy**

Si todavía no ha completado un formulario Health Care Proxy, le recomendamos que lo haga ahora. Si ya completó uno o si tiene otras directivas anticipadas, tráigalos en su próxima cita.

Un formulario Health Care Proxy es un documento legal. En él, se especifica a la persona que hablará en su representación, si es que usted no está en condiciones para comunicarse. Esta persona recibe el nombre de agente de atención médica.

- Para obtener información sobre el formulario Health Care Proxy y otras directivas anticipadas, lea *Voluntades anticipadas para personas con cáncer y sus seres queridos* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/advance-care-planning](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)).
- Para obtener información sobre cómo ser un agente de atención médica, lea *Cómo ser un agente de atención médica* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent)).

Hable con un integrante de su equipo de atención si tiene preguntas sobre cómo completar un formulario Health Care Proxy.

### **Haga ejercicios de respirar y toser**

Antes de su cirugía, practique el respiro profundo y toser; Su proveedor de cuidados de la salud le dará un espirómetro de incentivo para ayudar a expandir los pulmones. Para obtener más información, lea *Cómo utilizar el espirómetro de incentivo* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)).

### **Lleve una dieta sana**

Lleve una dieta bien balanceada y saludable antes de su cirugía. Si necesita ayuda con su dieta, hable con el proveedor de cuidados de la salud sobre tener una entrevista con un

nutricionista dietista clínico.

## **Compre un limpiador dérmico antiséptico que sea una solución de gluconato de clorhexidina (GHC) al 4 %, como por ejemplo Hibiclens®**

La solución de gluconato de clorhexidina (CHG) al 4 % es un limpiador dérmico que mata los gérmenes durante 24 horas después de usarlo. Ducharse con este limpiador antes de su cirugía ayudará a reducir el riesgo de infección después de su cirugía. Puede comprar un limpiador dérmico antiséptico que sea una solución de gluconato de clorhexidina al 4 % en su farmacia local sin receta.

## **Compre líquidos claros**

Antes de su cirugía, usted tendrá que llevar una dieta de líquidos claros. Es útil comprar líquidos claros con antelación. Lea la sección “Siga una dieta de líquidos claros” para obtener una lista de líquidos claros que puede beber.

## **7 días antes de su cirugía**

### **Siga las instrucciones de su proveedor de cuidados de la salud cuando tome aspirin**

La aspirin puede causar hemorragia. Si toma aspirin o un medicamento que contiene aspirin, es posible que deba cambiar su dosis o dejar de tomarlo 7 días antes de su cirugía. Siga las instrucciones de su proveedor de cuidados de la salud. **No deje de tomar aspirin a menos que su proveedor se lo indique.**

Para obtener más información, lea *Cómo comprobar si un medicamento o suplemento contiene aspirin, otros NSAID, vitamina E o aceite de pescado* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-)

[and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids](#)).

## **Deje de tomar vitamina E, multivitamínicos, remedios herbales y otros suplementos alimenticios**

La vitamina E, los multivitamínicos, los remedios herbales y otros suplementos alimenticios pueden causar sangrado. Deje de tomarlos 7 días antes de su cirugía. Si el proveedor de cuidados de la salud le da instrucciones diferentes, haga lo que él o ella le indique.

Para obtener más información, lea *Los remedios herbales y el tratamiento contra el cáncer* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)).

## **2 días antes de su cirugía**

### **Deje de tomar medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (NSAID)**

Los NSAID, como el ibuprofen (Advil<sup>®</sup> y Motrin<sup>®</sup>) y el naproxen (Aleve<sup>®</sup>), pueden causar sangrado. Deje de tomarlos 2 días antes de su cirugía. Si el proveedor de cuidados de la salud le da instrucciones diferentes, haga lo que él o ella le indique.

Para obtener más información, lea *Cómo comprobar si un medicamento o suplemento contiene aspirin, otros NSAID, vitamina E o aceite de pescado* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)).

## **Un día antes de su cirugía**

### **Siga una dieta de líquidos claros**

El día antes de su cirugía, tendrá que hacer una dieta de líquidos claros. En una dieta de ese tipo solo se incluyen

líquidos que sean transparentes. Puede encontrar ejemplos en la tabla de la “Dieta de líquidos claros”.

Mientras siga una dieta de líquidos claros:

- Trate de tomar por lo menos un vaso (8 onzas) de líquido claro cada hora mientras esté despierto.
- Tome líquidos claros de distintos tipos. No tome solamente agua, café y té.
- No tome líquidos que no sean transparentes, como leche o batidos.
- No tome líquidos sin azúcar, a menos que tenga diabetes y que se lo indique un integrante de su equipo de atención médica.
- No coma ningún alimento sólido.

## **Cómo seguir una dieta de líquidos claros si padece diabetes**

Pregúntele al proveedor de cuidados de la salud que trata su diabetes:

- Qué hacer mientras sigue una dieta de líquidos claros.
- Si necesita cambiar su dosis de insulina u otros medicamentos para la diabetes, si los toma.
- Si debe tomar líquidos claros sin azúcar.

Controle el nivel de azúcar en la sangre con frecuencia mientras siga una dieta de líquidos claros. Si tiene preguntas, hable con su proveedor de cuidados de la salud.

	<b>Puede ingerir</b>	<b>No ingiera</b>
<b>Sopas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caldo y consomé.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cualquier producto con trozos de comida o condimentos.</li> </ul>
<b>Dulces</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gelatina, como Jell-O®.</li> <li>• Hielo de sabores.</li> <li>• Caramelos duros, como Life Savers®, gotas de limón y mentas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Todos los otros dulces.</li> </ul>
<b>Bebidas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jugos de frutas claros, como limonada o jugo de manzana, arándano y uva.</li> <li>• Refrescos, como ginger ale, 7-UP®, Sprite® y seltzer.</li> <li>• Bebidas deportivas, como Gatorade® o Powerade®.</li> <li>• Café negro o té sin leche o crema.</li> <li>• Agua, incluida agua gasificada (con gas) y saborizada.</li> <li>• Bebidas nutritivas claras, como Boost® Breeze, Ensure Clear™, Pedialyte® y Diabetishield®.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jugos con pulpa.</li> <li>• Néctares.</li> <li>• Batidos o licuados.</li> <li>• Leche, crema y otros productos lácteos.</li> <li>• Leches de frutos secos, leches vegetales, cremas no lácteas y otras alternativas lácteas.</li> <li>• Bebidas con alcohol.</li> </ul>

## **Inicie la preparación intestinal, si es necesario**

Es posible que su cirujano o enfermero le hayan indicado que haga una preparación intestinal. Deberá iniciarla 1 día antes de su cirugía. Durante su preparación intestinal:

- No coma ningún alimento sólido.

- Asegúrese de tomar una cantidad suficiente de líquidos aparte de agua, café negro y té. Intente beber como mínimo 1 vaso (de 8 onzas o 236 ml) por hora mientras esté despierto.

A las 2 p. m. del día antes de su cirugía, tome el citrato de magnesio.

### **Anote la hora de su cirugía**

Un integrante del personal le llamará después de las 2 p. m. el día antes de su cirugía. Si su cirugía está programada para un lunes, entonces le llamará el viernes anterior. Si para las 7 p. m. no ha recibido una llamada, llame al 212-639-5014.

Un integrante del personal le dirá a qué hora debe llegar al hospital para someterse a su cirugía. También le recordará a dónde ir.

Esto se hará en uno de los lugares a continuación:

En el 2.º piso del Centro Prequirúrgico (PSC) de Memorial Hospital

1275 York Avenue (entre la calle East 67<sup>th</sup> y la calle East 68<sup>th</sup>)  
Nueva York, NY 10065

Tome el ascensor M y diríjase al 2.º piso.

En el 6.º piso del Centro Prequirúrgico (PSC) de Memorial Hospital

1275 York Ave. (entre la calle East 67<sup>th</sup> y la calle East 68<sup>th</sup>)  
Nueva York, NY 10065

Tome el ascensor B y diríjase al 6.º piso.

Visite [www.msk.org/parking](http://www.msk.org/parking) para obtener información sobre



dónde estacionar y cómo llegar a todas los centros de MSK.

**Dúchese con un limpiador dérmico antiséptico que sea una solución de gluconato de clorhexidina al 4 %, como Hibiclens**

Dúchese con un limpiador dérmico antiséptico que sea una solución de gluconato de clorhexidina al 4 % antes de ir a la cama la noche antes de su cirugía.

1. Lávese el cabello con el champú y acondicionador que usa normalmente. Enjuáguese bien la cabeza.
2. Lávese la cara y la zona genital (ingle) con su jabón habitual. Enjuáguese bien el cuerpo con agua tibia.
3. Abra el frasco de solución de gluconato de clorhexidina al 4 %. Viértase un poco de solución en la mano o en un paño limpio.
4. Apártese de la ducha. Frótese suavemente la solución de gluconato de clorhexidina al 4 % por el cuerpo, desde el cuello hasta los pies. No se la ponga en el rostro ni en la zona genital.
5. Vuelva a ponerse bajo la ducha para enjuagar la solución de gluconato de clorhexidina al 4 %. Use agua tibia.
6. Séquese con una toalla limpia.

No se ponga loción, crema, desodorante, maquillaje, talco, perfume ni colonia después de la ducha.

**Instrucciones sobre lo que debe comer**



**Deje de comer a la medianoche (12 a. m.) de la noche antes de su cirugía.** Esto incluye caramelos solubles y goma de mascar.

Si su proveedor de cuidados de la salud le ha dicho que deje de comer antes de la medianoche, siga sus instrucciones. Algunas personas necesitan ayunar (no comer) durante más tiempo antes de la cirugía.

## **El día de su cirugía**

### **Instrucciones sobre lo que debe beber**

Entre la medianoche (12 a. m.) y 2 horas antes de su hora de su llegada, beba únicamente los líquidos de la siguiente lista. No coma ni beba nada más. Deje de beber 2 horas antes de la hora de llegada.

- Agua.
- Jugo de manzana claro, jugo de uva claro o jugo de arándanos claro.
- Gatorade o Powerade.
- Café negro o té. Se puede añadir azúcar. No añada nada más.
  - No añada ninguna cantidad de ningún tipo de leche o crema. Esto incluye las leches y cremas vegetales.
  - No añada miel.
  - No añada jarabe aromatizado.

Si tiene diabetes, preste atención a la cantidad de azúcar que contienen estas bebidas. Será más fácil controlar sus niveles de azúcar en la sangre si incluye versiones de estas bebidas sin

azúcar, bajas en azúcar o sin azúcares añadidos.

Es útil mantenerse hidratado antes de la cirugía, así que beba líquido si tiene sed. No beba más de lo necesario. Recibirá líquidos por vía intravenosa (VI) durante su cirugía.



**Deje de beber 2 horas antes de la hora de llegada.** Ni siquiera agua.

### **Tome sus medicamentos según le indicó el médico**

Un integrante de su equipo de atención médica le dirá qué medicamentos tomar la mañana de su cirugía. Tome solo esos medicamentos con un trago de agua. Según lo que tome habitualmente, pueden ser todos, algunos o ninguno de sus medicamentos matutinos habituales.

### **Dúchese con un limpiador dérmico antiséptico que sea una solución de gluconato de clorhexidina al 4 %, como Hibiclens**

Dúchese con un limpiador dérmico antiséptico que sea una solución de gluconato de clorhexidina al 4 % antes de salir del hospital. Úselo de la misma forma que la noche anterior.

No se ponga loción, crema, desodorante, maquillaje, talco, perfume ni colonia después de la ducha.

### **Algunos aspectos para tener en cuenta**

- Póngase ropa cómoda que le quede holgada.
- Si usa lentes de contacto, quíteselos y mejor póngase anteojos. Usar lentes de contacto durante la cirugía podría

dañarle los ojos.

- No lleve ningún objeto de metal. Quítese todas las joyas, incluso las que tenga en perforaciones que se haya hecho en el cuerpo. Las herramientas utilizadas durante su cirugía pueden causar quemaduras si tocan metal.
- Deje en casa los objetos de valor.
- Si está menstruando (tiene su período mensual), use una toalla sanitaria, no un tampón. Recibirá ropa interior desechable, así como una toalla sanitaria, si es necesario.

## **Qué debe traer**

- El respirador para la apnea del sueño (como una máquina CPAP), si tiene uno.
- Su espirómetro de incentivo, si tiene uno.
- Su formulario Health Care Proxy y otras directivas anticipadas, si las ha completado.
- Su teléfono celular y cargador.
- Solo el dinero que posiblemente necesite para gastos mínimos (como comprar un periódico).
- Un estuche para sus objetos personales, si los tiene. Algunos ejemplos de artículos personales son anteojos, aparatos para sordera, dentaduras postizas, prótesis, pelucas y artículos religiosos.
- Esta guía. La usará cuando le enseñen cómo cuidarse después de la cirugía.

## **Cuando llegue al hospital**

Muchos integrantes del personal le pedirán que diga y deletree

su nombre y fecha de nacimiento. Esto se hace por su seguridad. Es posible que personas con el mismo nombre o con un nombre similar se sometan a cirugía el mismo día.

Cuando llegue el momento de cambiarse para la cirugía, le daremos un camisón, una bata de hospital y calcetines antideslizantes.

### **Para cuidadores, familiares y amigos**



Lea *Información para familiares y amigos para el día de la cirugía* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery)) para saber qué esperar el día de la cirugía de su ser querido.

### **Reúnase con un enfermero**

Se reunirá con un enfermero antes de la cirugía. Dígale la dosis de los medicamentos que haya tomado después de la medianoche (12 a. m.) y la hora en que los tomó. Asegúrese de incluir los medicamentos recetados y sin receta, parches y cremas.

Es posible que el enfermero le ponga una vía intravenosa (IV) en una de las venas, generalmente en el brazo o la mano. Si su enfermero no le coloca la vía IV, el anestesiólogo lo hará en el quirófano.

### **Reúnase con un anestesiólogo**

Antes de su cirugía también se reunirá con un anestesiólogo. Esa persona se encargará de lo siguiente:

- Examinará su historial clínico con usted.

- Preguntará si en el pasado la anestesia le ha causado algún problema. Esto incluye náuseas (una sensación de que va a vomitar) o dolor.
- Hablará con usted sobre su comodidad y seguridad durante su cirugía.
- Le dirá qué tipo de anestesia recibirá.
- Le responderá las preguntas que usted tenga acerca de la anestesia.

## **Prepárese para la cirugía**

Cuando llegue el momento de la cirugía, se quitará los anteojos, los audífonos, las dentaduras postizas, las prótesis, la peluca y los artículos religiosos.

Entrará caminando al quirófano o un integrante del personal le llevará en una camilla. Un integrante de su equipo de atención le ayudará a subirse a una cama. También le pondrá las botas de compresión en la parte inferior de las piernas, las cuales se inflan y desinflan suavemente para ayudar con la circulación de la sangre en las piernas.

Una vez que esté cómodo, el anesthesiólogo le pondrá anestesia a través de la vía IV y usted se dormirá. También recibirá líquidos a través de la vía IV durante su cirugía y después de esta.

## **Durante su cirugía**

Una vez que se quede totalmente dormido, su equipo de atención le colocará un tubo por la boca hasta las vías respiratorias. Este le ayudará a respirar. También le colocará un catéter urinario (Foley) en la vejiga, que drenará la orina (pis)

durante su cirugía.

Su cirujano cerrará la incisión con grapas o puntos una vez que finalice la cirugía. También es posible que le ponga Steri-Strips™ (trozos pequeños de cinta quirúrgica) o Dermabond® (pegamento quirúrgico) sobre las incisiones. Es posible que le cubra las incisiones con una curita.

Por lo general, el equipo de atención le quitará el tubo de respiración mientras esté en el quirófano.

## **Después de la cirugía de hernia quirúrgica abdominal**

Esta sección le será de utilidad para saber qué esperar después de su cirugía. Aprenderá cómo recuperarse de manera segura de su cirugía tanto en el hospital como en casa.

Mientras lee esta sección, escriba preguntas para hacerle a su proveedor de cuidados de la salud.

### **En la Unidad de Cuidados Posteriores a la Anestesia (PACU)**

Cuando se despierte después de su cirugía, estará en la PACU. Un enfermero se encargará de realizarle un seguimiento de la temperatura, el pulso, la presión arterial y el nivel de oxígeno. Es posible que reciba oxígeno a través de una sonda colocada debajo de la nariz o una mascarilla que cubre la nariz y la boca. También tendrá puestas las botas de compresión en la parte inferior de las piernas.

### **Analgésicos**

Recibirá un medicamento para controlar el dolor y mantenerle

cómodo. Existen diferentes formas de administrar estos medicamentos.

- Si va a recibir analgésicos epidurales, se colocarán en el espacio epidural a través del catéter epidural. El espacio epidural es el espacio en la columna que está justo afuera de la médula espinal.
- Si tiene un bloqueo nervioso, el médico le inyectará el medicamento en algunos de los nervios para reducir el dolor después de la cirugía.
- Si va a recibir analgésicos intravenosos, se le administrarán a través de la vía intravenosa (IV).
- Algunas personas reciben medicamentos orales (medicamentos que se tragan, como pastillas).

Es posible que con usted se utilice 1 o más de estos métodos después de su cirugía. Todos son buenos para controlar el dolor. Su médico hablará con usted antes de elegir el mejor o los mejores para su caso.

Podrá controlar sus analgésicos mediante un botón llamado dispositivo de analgesia controlada por el paciente (PCA). Lea *Analgesia controlada por el paciente (PCA)* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)) para obtener más información.

## **Sondas y drenajes**

Le colocarán un catéter Foley en la vejiga para poder realizar un seguimiento de la cantidad de orina que produce. A la mayoría de las personas se les retira 2 días después de la



cirugía.

También es posible que tenga un drenaje Jackson-Pratt (drenaje JP). Este dispositivo recoge el líquido adicional de la incisión (corte). Esto reduce su riesgo de infección y favorece la recuperación del cuerpo. La mayoría de las veces los drenajes se retiran después de algunos días. Si se va a casa con un drenaje, el enfermero le mostrará cómo cuidar de él.

### **Traslado a su habitación del hospital**

Es posible que permanezca en la PACU por algunas horas o que pase la noche allí. La duración de su estadía depende del tipo de cirugía que se haga. Después de su permanencia en la PACU, un integrante del personal le llevará a su habitación del hospital.

### **En su habitación del hospital**

La mayoría de las personas están en el hospital por 2 días después de una cirugía laparoscópica y 5 días después de una cirugía abierta. Esto dependerá del tipo de cirugía que se le haya realizado.

En su habitación del hospital, conocerá a uno de los enfermeros que lo cuidará durante su estadía. Poco después de llegar allí, un enfermero le ayudará a salir de la cama para sentarse en la silla.

Su equipo de atención le enseñará cómo cuidarse mientras se recupera de la cirugía. Puede recuperarse con más rapidez si:

- Empieza a moverse tan pronto como pueda. Cuanto antes se levante de la cama y camine, más rápido podrá volver a sus actividades habituales. Una buena meta es caminar cada 2

horas. Esto sirve para evitar que se formen coágulos de sangre en las piernas.

- Uso del espirómetro de incentivo. Eso le ayudará a expandir los pulmones, lo cual previene la neumonía.

## **Cómo hacer frente al dolor**

Después de su cirugía tendrá algo de dolor. En un principio, recibirá analgésicos a través del catéter epidural o de la vía IV. Usted podrá controlar el analgésico con la ayuda de un dispositivo de PCA. En cuanto pueda comer, le darán analgésicos orales.

Le preguntaremos con frecuencia sobre el dolor que tenga y le daremos medicamentos según sus necesidades. Si el dolor no se alivia, infórmesele a su proveedor de cuidados de la salud. Es importante controlar su dolor para que pueda usar su espirómetro de incentivo y para que pueda moverse. Controlar su dolor le ayudará a recuperarse más rápido.

Si se realizó una cirugía robótica, es posible que sienta dolor en el hombro. Esto es frecuente y se conoce como dolor referido. Se debe al gas que se colocó en el abdomen durante su cirugía. Si le duele el hombro, infórmesele a uno de los proveedores de cuidados de la salud. Le traerán una compresa caliente y se la colocarán en el hombro para aliviarle el dolor.

Antes de que salga del hospital, recibirá una receta para un analgésico. Hable con su proveedor de cuidados de la salud sobre los posibles efectos secundarios. Pregúntele cuándo puede cambiar a analgésicos sin receta.

## **Moverse y caminar**

Moverse y caminar la ayudarán a disminuir el riesgo de coágulos y neumonía (infección en los pulmones). También le ayudará para que pueda expeler gases y defecar de nuevo. Su enfermero, fisioterapeuta o su terapeuta ocupacional le ayudarán a moverse, si fuere necesario.

Para obtener más información sobre cómo caminar puede ayudarle a recuperarse, lea *Preguntas frecuentes sobre cómo caminar después de la cirugía* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery)).

Para saber qué puede hacer para mantenerse seguro y evitar caídas mientras está en el hospital, lea *¡Llámenos! ¡No se caiga!* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/call-dont-fall](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/call-dont-fall)).

## **Ejercicios para los pulmones**

Es importante ejercitar sus pulmones para que se expandan completamente. Esto ayuda a prevenir la neumonía.

- Mientras esté despierto, utilice su espirómetro de incentivo 10 veces cada hora. Para obtener más información, lea *Cómo utilizar el espirómetro de incentivo* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)).
- Haga ejercicios de toser y respirar profundamente. Un integrante de su equipo de atención le enseñará cómo.

## **Comidas y bebidas**

Quizás pueda comer cubitos de hielo el día después de su

cirugía. Después de eso, puede comenzar a beber tragos de líquidos claros. Pasará gradualmente a una dieta habitual a medida que se recupere.

Si tiene preguntas sobre su dieta, hable con su nutricionista dietista clínico.

## **Cuidado de las sondas y los drenajes**

Es útil que su cuidador también aprenda cómo cuidar del drenaje JP. Esto hará que le resulte más fácil ayudarlo a cuidarse en casa.

## **Planificación del alta**

Su primera cita después de la cirugía generalmente es de 1 a 2 semanas tras salir del hospital. Su enfermero le dará instrucciones sobre la forma de programar esa cita, incluso el número al que debe llamar.

## **Al salir del hospital**

Antes de salir del hospital, eche un vistazo a sus incisiones con uno de sus proveedores de cuidados de la salud. Le servirá para saber si más adelante se presentan cambios.

El día de su alta, haga planes para salir del hospital alrededor de las 11 a. m. Antes de irse, su proveedor de cuidados de la salud escribirá su orden de alta y sus recetas. También le entregará instrucciones al ser dado de alta. Uno de sus proveedores de cuidados de la salud analizará las instrucciones con usted antes de su alta.

Si su transporte no está en el hospital cuando esté listo para irse, es posible que pueda esperar en la sala de pacientes en

transición. Un integrante de su equipo de atención médica le dará más información.

## **En casa**

Lea *Qué puede hacer para evitar caerse*

([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)) para conocer lo que puede hacer para evitar caerse mientras esté en casa y durante sus citas en MSK.

## **Cómo hacer frente al dolor**

Las personas sienten dolor o molestias durante un tiempo que varía según la persona. Cuando se vaya a casa, es posible que aún sienta dolor y probablemente tendrá que tomar un analgésico. Algunas personas sienten dolor, presión o dolores musculares alrededor de la incisión durante 6 meses o más. Esto no significa que algo esté mal.

Siga estas pautas para controlar el dolor en casa.

- Tome los medicamentos según lo necesite y como se lo hayan indicado.
- Llame a su proveedor de cuidados de la salud si el medicamento que se le recetó no le calma el dolor.
- No maneje ni beba alcohol mientras tome un analgésico de venta con receta. Algunos analgésicos pueden causarle somnolencia (mucho sueño). El alcohol puede empeorar la somnolencia.
- Sentirá menos dolor y necesitará menos analgésicos a medida que cicatrice su incisión. Un analgésico sin receta le aliviará el dolor y las molestias. Algunos ejemplos de analgésicos sin

receta son el acetaminophen (Tylenol) y el ibuprofen (Advil® o Motrin).

- Siga las instrucciones que le dé el proveedor de cuidados de la salud sobre cómo dejar de tomar el analgésico recetado.
- No tome demasiado de ningún medicamento. Siga las instrucciones que aparecen en la etiqueta o de su proveedor de cuidados de la salud.
- Lea la etiqueta de todos los medicamentos que tome. Esto es muy importante si toma acetaminophen. El acetaminophen es un ingrediente que se encuentra en muchos medicamentos que se venden con y sin receta médica. Tomar demasiado puede dañar el hígado. No tome más de un medicamento que contenga acetaminophen sin hablar antes con un integrante del equipo de atención médica.
- El analgésico debe ayudarle a retomar sus actividades habituales. Tome lo suficiente como para hacer sus actividades y ejercicios con comodidad. Es posible que tenga un poco más de dolor cuando empiece a ser más activo.
- Mantenga un registro de los momentos en que toma el analgésico. Es más eficaz de 30 a 45 minutos después de tomarlo. Tomarlo cuando el dolor se empieza a sentir es más eficaz que esperar a que el dolor empeore.

## **Cómo prevenir y hacer frente al estreñimiento**

Hable con su proveedor de cuidados de la salud sobre la forma de prevenir y controlar el estreñimiento. También puede seguir

estas pautas:

- Vaya al baño a la misma hora todos los días. Su cuerpo se acostumbrará a ir a esa hora. Sin embargo, si siente la necesidad de ir al baño, no la postergue.
- Intente usar el baño de 5 a 15 minutos después de las comidas. Después del desayuno es un buen momento para hacerlo. Es en ese momento que los reflejos del colon se encuentran más fuertes.
- Haga ejercicio, si puede. Caminar es un gran tipo de ejercicio que puede ayudar a prevenir y controlar el estreñimiento.
- Beba de 8 a 10 vasos (de 8 onzas, para un total de 2 litros) de líquido al día, si puede. Elija agua, jugos (por ejemplo, jugo de ciruela), sopas y batidos. Limite el consumo de líquidos con cafeína, como el café y los refrescos. La cafeína puede quitarle líquido al cuerpo.
- Aumente lentamente la cantidad de fibra en su dieta de 25 a 35 gramos por día. Las frutas y las verduras sin pelar, los granos integrales y los cereales contienen fibra. Si tiene una ostomía o se sometió a una cirugía intestinal recientemente, consulte con su proveedor de cuidados de la salud antes de cambiar su dieta.
- Tanto los medicamentos con y sin receta sirven para tratar el estreñimiento. Pregúntele a su proveedor de cuidados de la salud antes de tomar cualquier medicamento para el estreñimiento. Esto es muy importante si tiene una ostomía o ha tenido una cirugía intestinal. Siga las instrucciones que aparecen en la etiqueta o de su proveedor de cuidados de la

salud. Algunos ejemplos de medicamentos sin receta para el estreñimiento son:

- Docusato de sodio (Colace®). Es un ablandador de heces (medicamento que hace que la defecación sea más blanda) que causa pocos efectos secundarios. Puede usarlo para prevenir el estreñimiento. No lo tome con aceite mineral.
- Polietilenglicol (MiraLAX®). Es un laxante (medicamento que provoca defecaciones) que causa pocos efectos secundarios. Tómelo con 8 onzas (1 taza) de líquido. Solo tómelo si ya tiene estreñimiento.
- Senna (Senokot®). Este es un laxante estimulante que puede provocar calambres. Es mejor tomarlo a la hora de ir a la cama. Solo tómelo si ya tiene estreñimiento.

Si alguno de estos medicamentos le causa diarrea (defecaciones sueltas y aguadas), deje de tomarlos. Puede comenzar a tomarlos nuevamente si es necesario.

### **Cuidado de su incisión**

Tome una ducha todos los días para limpiar su incisión. Siga las instrucciones en la sección “Duchas”.

Es normal que la piel debajo de la incisión se sienta entumecida. Esto se debe a que durante su cirugía le cortaron algunos nervios. El entumecimiento desaparecerá con el tiempo.

Si la incisión le drena, anote la cantidad y el color.

Llame al consultorio de su proveedor de cuidados de la salud si:

- La piel alrededor de la incisión está muy roja o se está



poniendo más roja.

- La piel alrededor de la incisión está más caliente de lo habitual.
- La zona alrededor de la incisión comienza a hincharse o se hincha más.
- Observa que el drenaje parece pus (espeso y lechoso).
- Su incisión tiene mal olor.

El enfermero le informará sobre los signos de infección.

Si se va a su casa con vendas sobre la incisión, cámbielas al menos una vez al día, o siempre que se mojen. Cuando la incisión ya no le drene más, puede dejarse destapada.

Si tiene Steri-Strips o Dermabond, se aflojarán y pueden caerse o desprenderse por sí solos. Si después de 10 días no se han caído, usted puede quitárselos.

## **Duchas**

Puede ducharse cuando llegue a casa. Tomar una ducha tibia es relajante y puede ayudar a calmar el dolor muscular.

Si tiene una curita sobre la incisión, puede quitársela antes de ducharse. Use jabón cuando se duche y lave suavemente la incisión. Esto mantendrá las Steri-Strips o Dermabond en su lugar. Seque las zonas con una toalla después de bañarse. Deje la incisión descubierta, a menos que haya drenaje. Llame al médico si observa enrojecimiento o supuración de la incisión.

No se bañe en la bañera hasta que hable del tema con el médico en la primera cita que tenga después de la cirugía.

## **Comidas y bebidas**

Después de su cirugía, es posible que tenga falta de apetito y que se sienta lleno rápidamente después de comer. Esto es de esperar y debería mejorar con el tiempo. Trate de comer pequeñas cantidades de sus comidas favoritas a lo largo del día. Es importante ingerir suficientes calorías y proteínas para prevenir la pérdida de peso y promover la sanación.

Si tiene preguntas sobre su dieta, hable con su nutricionista dietista clínico.

## **Ejercicio y actividad física**

Cuando salga del hospital, puede parecer que la incisión se ha curado por fuera, pero no se habrá curado por dentro. Durante las primeras 6 a 8 semanas después de su cirugía:

- No levante nada que pese más de 10 libras (4,5 kilogramos) durante al menos 6 semanas. Pregunte a su médico durante cuánto tiempo debe evitar levantar cosas pesadas.
- No realice actividades vigorosas como trotar y jugar al tenis.
- No practique deportes de contacto como fútbol americano.

Realizar una actividad física, como caminar o subir escaleras, lo ayudará a ganar fuerzas y sentirse mejor. Trate de realizar de 20 a 30 minutos de actividad física, al menos 2 o 3 veces en el día. Por ejemplo, puede caminar al aire libre o en el interior de un centro comercial o mercado.

Después de su cirugía, es normal tener menos energía que lo habitual. Esto puede durar de 6 a 8 semanas. El tiempo de recuperación es distinto para cada persona. Aumente la

cantidad de actividad física diaria tanto como pueda. Mantenga un equilibrio entre los períodos de actividad y de descanso. El descanso es una parte importante de su recuperación. Es posible que necesite una siesta durante el día, pero trate de permanecer fuera de la cama la mayor cantidad de tiempo posible para poder dormir de noche.

## **Manejo**

Pregunte a su proveedor de cuidados de la salud cuándo puede conducir. La mayoría de las personas pueden comenzar a manejar de 10 a 14 días después de la cirugía. No maneje mientras toma analgésicos que puedan causarle somnolencia.

Puede viajar en un auto como pasajero en cualquier momento después de dejar el hospital.

## **Volver a trabajar**

Hable con su proveedor de cuidados de la salud sobre su trabajo. Le dirá cuándo puede ser seguro para usted volver a trabajar nuevamente según lo que haga. Si se mueve mucho o levanta objetos pesados, es posible que deba permanecer sin trabajar un poco más. Si se sienta en un escritorio, es posible que pueda volver antes.

## **Viajes**

Puede viajar después de la cirugía. Es importante que camine un poco cada hora para prevenir coágulos.

## **Cómo hacer frente a sus sentimientos**

Después de una cirugía por una enfermedad grave, es posible que tenga sentimientos nuevos y de desasosiego. Muchas personas dicen que sienten ganas de llorar, tristeza,

preocupación, nervios, irritación o enfado en algún momento u otro. Tal vez descubra que no puede controlar algunos de estos sentimientos. Si esto sucede, es buena idea buscar apoyo emocional. Su proveedor de cuidados de la salud puede derivarlo al Centro de Orientación de MSK. También puede comunicarse con el Centro de Orientación llamando al 646-888-0200.

El primer paso para sobrellevar la situación es hablar de cómo se siente. Los familiares y amigos pueden ayudar. Podemos tranquilizarle, apoyarle y guiarle. Siempre es buena idea comunicarnos cómo se sienten usted, sus familiares y amigos desde un punto de vista emocional. Hay muchos recursos disponibles para usted y sus familiares. Estamos aquí para ayudarles a usted y a sus familiares y amigos a hacer frente a los aspectos emocionales de su enfermedad. Podemos ayudarle sin importar si está en el hospital o en casa.

### **Cuándo llamar al proveedor de cuidados de la salud**

Llame a su proveedor de cuidados de la salud si:

- Tiene fiebre de 100.5 °F (38 °C) o más.
- Tiene escalofríos.
- Tiene problemas para respirar.
- La piel alrededor de la incisión está muy roja o se está poniendo más roja.
- La piel alrededor de la incisión está más caliente de lo habitual.
- La zona alrededor de la incisión comienza a hincharse o se

hincha más.

- Observa que el drenaje parece pus (espeso y lechoso).
- Su incisión tiene mal olor.
- Tiene preguntas o inquietudes.

## **Detalles de contacto**

Si tiene preguntas o inquietudes, contáctese con su proveedor de cuidados de la salud. Un miembro de su equipo de atención responderá de lunes a viernes de 9:00 a. m. a 5:00 p. m. Fuera de ese horario, puede dejar un mensaje o hablar con otro proveedor de MSK. Siempre hay un médico o un enfermero de guardia.

Si no está seguro de cómo comunicarse, contáctese con su proveedor de cuidados de la salud al 212-639-2000.

## **Servicios de apoyo**

Esta sección contiene una lista de los servicios de apoyo, los cuales le pueden servir para prepararse para su cirugía y recuperarse después de su cirugía.

Mientras lee esta sección, escriba preguntas para hacerle a su proveedor de cuidados de la salud.

## **Servicios de apoyo de MSK**

### **Oficina de Admisión**

212-639-7606

Llame si tiene consultas sobre su internación, como por ejemplo la solicitud de una habitación privada.

## **Anestesia**

212-639-6840

Llame si tiene preguntas sobre la [anestesia](#).

### **Sala de donantes de sangre**

212-639-7643

Llame para obtener más información si le interesa [donar sangre o plaquetas](#).

### **Bobst International Center**

332-699-7968

Recibimos pacientes de todo el mundo y [ofrecemos muchos servicios](#) que pueden ayudarle. Si usted es un paciente internacional, llame para que le ayuden a coordinar su atención.

### **Centro de Orientación**

[www.msk.org/counseling](http://www.msk.org/counseling)

646-888-0200

Muchas personas consideran que el asesoramiento les ayuda. Nuestro Centro de Orientación ofrece asesoramiento a personas, parejas, familias y grupos. También podemos recetarle medicamentos para ayudarle si se siente ansioso o deprimido. Para programar una cita, pida una derivación a un integrante de su equipo de atención o llame al número que se proporcionó anteriormente.

### **Programa de Despensa de Alimentos**

646-888-8055

Damos alimentos a personas necesitadas durante su tratamiento contra el cáncer. Hable con un miembro de su equipo de atención médica o llame al número de arriba para obtener más información.

## **Servicio de Medicina Integral**

[www.msk.org/integrativemedicine](http://www.msk.org/integrativemedicine)

Nuestro Servicio de Medicina Integral de MSK ofrece muchos servicios para complementar (acompañar) la atención médica tradicional. Por ejemplo, ofrecemos terapia musical, terapias mentales y corporales, terapia de baile y movimiento, yoga y terapia de contacto. Llame al 646-449-1010 para programar una cita para estos servicios.

Puede programar una consulta con un proveedor de cuidados de la salud en el Servicio de Medicina Integral. El proveedor colaborará con usted para diseñar un plan para crear un estilo de vida saludable y hacer frente a los efectos secundarios. Llame al 646-608-8550 para programar una cita para hacer una consulta.

## **Biblioteca de MSK**

[library.mskcc.org](http://library.mskcc.org)

212-639-7439

Puede visitar el sitio web de nuestra biblioteca o llamar por teléfono para hablar con el personal de consultas. Ellos pueden ayudarle a encontrar más información sobre un tipo de cáncer. También puede visitar la [Guía educativa para pacientes y consumidores de atención médica](#) de la biblioteca.

## **Servicios de Nutrición**

[www.msk.org/nutrition](http://www.msk.org/nutrition)

212-639-7312

Nuestro Servicio de Nutrición ofrece asesoramiento nutricional con uno de nuestros nutricionistas dietistas clínicos. Su

nutricionista dietista clínico hablará con usted sobre sus hábitos alimenticios. También le dará consejos sobre lo que puede comer durante el tratamiento y después de este. Para programar una cita, pida una derivación a un integrante de su equipo de atención o llame al número que se proporcionó anteriormente.

## **Educación para el paciente y la comunidad**

[www.msk.org/pe](http://www.msk.org/pe)

Visite nuestro sitio web de Educación para el paciente y la comunidad para buscar recursos educativos, videos y programas en línea.

## **Cobros del Paciente (Patient Billing)**

646-227-3378

Llame si tiene preguntas sobre autorizaciones previas de su compañía de seguros. Esto también se conoce como preaprobación.

## **Oficina de Representación del Paciente (Patient Representative Office)**

212-639-7202

Llame si tiene preguntas sobre el formulario Health Care Proxy o si tiene cualquier inquietud sobre su atención.

## **Enlace con Enfermeros Perioperativos (Perioperative Nurse Liaison)**

212-639-5935

Llame si tiene preguntas sobre la divulgación de información por parte de MSK mientras usted está en cirugía.

## **Acompañantes y enfermeros privados**



917-862-6373

Puede solicitar que enfermeros o acompañantes privados le brinden atención en el hospital o en casa. Llame para obtener más información.

## **Servicios de rehabilitación**

[www.msk.org/rehabilitation](http://www.msk.org/rehabilitation)

El cáncer y los tratamientos contra el cáncer pueden hacer que su cuerpo se sienta débil, rígido o tenso. Algunos pueden causar linfedema (inflamación). Nuestros fisiatras (médicos de rehabilitación), terapeutas ocupacionales (OT) y fisioterapeutas (PT) pueden ayudarlo a retomar sus actividades habituales.

- **Los médicos de medicina de rehabilitación** diagnostican y tratan problemas que afectan la forma en que se mueve y realiza actividades. Pueden diseñar y ayudar a coordinar su programa de terapia de rehabilitación, ya sea en MSK o en algún lugar más cercano a su hogar. Para obtener más información, llame a Medicina de Rehabilitación (Fisiatría) al 646-888-1929.
- Un **OT** puede ayudar si tiene problemas para realizar las actividades diarias habituales. Por ejemplo, puede recomendarle herramientas para facilitar las tareas diarias. Un **PT** puede enseñarle ejercicios para ayudar a desarrollar fuerza y flexibilidad. Para obtener más información, llame a Terapia de Rehabilitación al 646-888-1900.

## **Programa de Recursos para la Vida Después del Cáncer (RLAC)**

646-888-8106

En MSK, la atención no termina después de su tratamiento. El programa RLAC es para los pacientes que hayan terminado con el tratamiento y para sus familias.

Este programa cuenta con muchos servicios. Ofrecemos seminarios, talleres, grupos de apoyo y asesoramiento sobre la vida después del tratamiento. También podemos ayudar con problemas de seguros y empleo.

## **Programas de salud sexual**

El cáncer y los tratamientos contra el cáncer pueden afectar su salud sexual, su fertilidad o ambas. Los programas de salud sexual de MSK pueden ayudarle antes, durante o después de su tratamiento.

- Nuestro [Programa de Medicina Sexual Femenina y Salud de la Mujer](#) puede ayudar con los problemas de salud sexual, como la menopausia prematura o los problemas de fertilidad. Pida a un miembro de su equipo de atención de MSK que le remita o llame al 646-888-5076 para obtener más información.
- Nuestro [Programa de Medicina Sexual y Reproductiva Masculina](#) puede ayudar a hacer frente a problemas de salud sexual, como la disfunción eréctil. Pida una derivación a un miembro de su equipo de atención o llame al 646-888-6024 para obtener más información.

## **Trabajo social**

[www.msk.org/socialwork](http://www.msk.org/socialwork)

212-639-7020

Los trabajadores sociales ayudan a los pacientes, familiares y

amigos a hacer frente a los problemas comunes de las personas que tienen cáncer. Brindan asesoramiento personalizado y grupos de apoyo durante su tratamiento. También le pueden ayudar a comunicarse con los niños y otros miembros de la familia.

Nuestros trabajadores sociales también pueden derivarle a agencias y programas comunitarios. Si tiene problemas para pagar sus facturas, también tienen información sobre recursos financieros. Llame al número antes mencionado para obtener más información.

### **Cuidado Espiritual**

212-639-5982

Nuestros capellanes (consejeros espirituales) se encuentran disponibles para escuchar, ofrecer apoyo a los familiares y rezar. Se pueden comunicar con grupos religiosos o clero comunitario, o simplemente brindarle consuelo y una presencia espiritual. Cualquier persona puede solicitar [apoyo espiritual](#). No es necesario tener una afiliación religiosa (conexión con una religión).

La capilla interreligiosa de MSK se encuentra cerca del vestíbulo principal de Memorial Hospital. Está abierta las 24 horas del día. Si tiene una emergencia, llame al 212-639-2000. Pregunte por el capellán de guardia.

### **Programa de Tratamiento del Tabaquismo**

[www.msk.org/tobacco](http://www.msk.org/tobacco)

212-610-0507

Si desea dejar de fumar, MSK cuenta con especialistas que

pueden ayudarlo. Llame para obtener más información.

## **Programas virtuales**

[www.msk.org/vp](http://www.msk.org/vp)

Ofrecemos educación y apoyo en línea para pacientes y cuidadores. Son sesiones en vivo donde puede hablar o simplemente escuchar. Usted puede enterarse de su diagnóstico, saber qué esperar durante el tratamiento y cómo prepararse para el tratamiento contra el cáncer.

Las sesiones son privadas, gratuitas y dirigidas por expertos. Visite nuestro sitio web para aprender más sobre los Programas Virtuales o para registrarse.

## **Servicios de apoyo externos**

### **Access-A-Ride**

[web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm](http://web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm)

877-337-2017

En la ciudad de New York, la Autoridad Metropolitana de Transporte (MTA) ofrece un servicio compartido de transporte puerta a puerta para personas con discapacidades que no pueden tomar el metro o el autobús público.

### **Air Charity Network**

[www.aircharitynetwork.org](http://www.aircharitynetwork.org)

877-621-7177

Ofrece transporte a centros de tratamiento.

### **Sociedad Americana contra el Cáncer (ACS)**

[www.cancer.org](http://www.cancer.org)

800-ACS-2345 (800-227-2345)

Ofrece una variedad de información y servicios, incluido Hope

Lodge, el cual brinda alojamiento gratuito a pacientes y cuidadores durante el tratamiento contra el cáncer.

### **Cancer and Careers**

[www.cancerandcareers.org](http://www.cancerandcareers.org)

646-929-8032

Un recurso donde encontrará educación, herramientas y eventos para empleados con cáncer.

### **CancerCare**

[www.cancercare.org](http://www.cancercare.org)

800-813-4673

275 Seventh Avenue (entre las calles West 25<sup>th</sup> y 26<sup>th</sup>)

Nueva York, NY 10001

Ofrece orientación, grupos de apoyo, talleres de instrucción, publicaciones y asistencia financiera.

### **Cancer Support Community**

[www.cancersupportcommunity.org](http://www.cancersupportcommunity.org)

Ofrece apoyo y educación a personas afectadas por el cáncer.

### **Caregiver Action Network**

[www.caregiveraction.org](http://www.caregiveraction.org)

800-896-3650

Ofrece educación y apoyo a quienes cuidan de seres queridos con una discapacidad o enfermedad crónica.

### **Corporate Angel Network**

[www.corpangelnetwork.org](http://www.corpangelnetwork.org)

866-328-1313

Ofrece servicio de traslado gratuito en todo el país usando los

asientos desocupados de aviones corporativos.

### **Good Days**

[www.mygooddays.org](http://www.mygooddays.org)

877-968-7233

Ofrece asistencia financiera para pagar los copagos durante el tratamiento. Los pacientes deben tener seguro médico, deben reunir los criterios de ingresos, y se les deben recetar medicamentos que están incluidos en el formulario de Good Days.

### **HealthWell Foundation**

[www.healthwellfoundation.org](http://www.healthwellfoundation.org)

800-675-8416

Proporciona asistencia financiera para cubrir copagos, primas de atención médica y deducibles de ciertos medicamentos y terapias.

### **Joe's House**

[www.joeshouse.org](http://www.joeshouse.org)

877-563-7468

Ofrece una lista de lugares cercanos a los centros de tratamiento donde las personas con cáncer y sus familiares pueden quedarse.

### **LGBT Cancer Project**

[www.lgbtcancer.com](http://www.lgbtcancer.com)

Brinda apoyo y defensa a la comunidad LGBT, incluso grupos de apoyo en línea y una base de datos de ensayos clínicos abiertos a la comunidad LGBT.

### **LIVESTRONG Fertility**

[www.livestrong.org/we-can-help/fertility-services](http://www.livestrong.org/we-can-help/fertility-services)

855-744-7777

Proporciona información reproductiva y apoyo a pacientes y sobrevivientes de cáncer cuyos tratamientos médicos tienen riesgos asociados a la infertilidad.

### **Programa Luzca bien, siéntase mejor**

[www.lookgoodfeelbetter.org](http://www.lookgoodfeelbetter.org)

800-395-LOOK (800-395-5665)

Este programa ofrece talleres para aprender cosas que puede hacer para sentirse mejor con su apariencia. Para obtener más información o para inscribirse en un taller, llame al número de arriba o visite el sitio web del programa.

### **Instituto Nacional del Cáncer**

[www.cancer.gov](http://www.cancer.gov)

800-4-CANCER (800-422-6237)

### **National LGBT Cancer Network**

[www.cancer-network.org](http://www.cancer-network.org)

Ofrece educación, capacitación y defensa para sobrevivientes del cáncer de la comunidad LGBT y para personas en riesgo.

### **Needy Meds**

[www.needymeds.org](http://www.needymeds.org)

Brinda listas de programas de asistencia a los pacientes para medicamentos de marca y genéricos.

### **NYRx**

[www.health.ny.gov/health\\_care/medicaid/program/pharmacy.htm](http://www.health.ny.gov/health_care/medicaid/program/pharmacy.htm)

Ofrece beneficios de medicamentos recetados a jubilados de

empresas del sector público y empleados que cumplan los requisitos en el estado de Nueva York.

### **Patient Access Network (PAN) Foundation**

[www.panfoundation.org](http://www.panfoundation.org)

866-316-7263

Brinda ayuda con copagos para pacientes con seguro.

### **Patient Advocate Foundation**

[www.patientadvocate.org](http://www.patientadvocate.org)

800-532-5274

Ofrece acceso a atención, asistencia financiera, asistencia con seguros, asistencia para conservar el empleo y acceso al directorio nacional de recursos para pacientes con seguro insuficiente.

### **Professional Prescription Advice**

[www.pparx.org](http://www.pparx.org)

888-477-2669

Ayuda a los pacientes que carecen de cobertura de fármacos recetados, y que reúnen los requisitos, a obtener medicamentos gratuitos o a bajo costo.

### **Red Door Community (conocido anteriormente como Gilda's Club)**

[www.reddoorcommunity.org](http://www.reddoorcommunity.org)

212-647-9700

Un lugar donde las personas que viven con cáncer encuentran apoyo social y emocional a través de la creación de nuevos contactos, talleres, conferencias y actividades sociales.

### **RxHope**



[www.rxhope.com](http://www.rxhope.com)

877-267-0517

Ofrece asistencia para ayudar a las personas a obtener medicamentos que no pueden pagar.

## **Triage Cancer**

[www.triagecancer.org](http://www.triagecancer.org)

Proporciona información y recursos legales, médicos y financieros para pacientes con cáncer y sus cuidadores.

## **Recursos educativos**

Esta sección ofrece una lista con los recursos educativos que se mencionan en esta guía. los cuales le servirán para prepararse para su cirugía y recuperarse después de su cirugía.

Mientras lee estos recursos, anote las preguntas que desee hacerle a su proveedor de cuidados de la salud.

- *Guía para cuidadores* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/guide-caregivers](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/guide-caregivers))
- *Voluntades anticipadas para personas con cáncer y sus seres queridos* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/advance-care-planning](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/advance-care-planning))
- *¡Llámenos! ¡No se caiga!* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/call-dont-fall](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/call-dont-fall))
- *Preguntas frecuentes sobre cómo caminar después de la cirugía* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery))

- *Los remedios herbales y el tratamiento contra el cáncer*  
([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment))
- *Cómo ser un agente de atención médica*  
([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent))
- *Cómo comprobar si un medicamento o suplemento contiene aspirin, otros NSAID, vitamina E o aceite de pescado*  
([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids))
- *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymsk-patient-portal](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymsk-patient-portal))
- *Cómo utilizar el espirómetro de incentivo*  
([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer))
- *Información para familiares y amigos para el día de la cirugía*  
([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery))
- *Analgesia controlada por el paciente (PCA)*  
([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca))
- *Qué puede hacer para evitar caerse*  
([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling))

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe) y busque en nuestra biblioteca virtual.

---

About Your Abdominal Incisional Hernia Surgery - Last updated on June 4, 2024

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center