



## EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

# Información sobre la cirugía de exenteración pélvica anterior

Esta guía le ayudará a prepararse para la exenteración pélvica anterior que se le realizará en MSK. También le ayudará a entender qué puede esperar durante la recuperación.

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 médica la consultarán a medida que aprenda más sobre su recuperación.

## Acerca de su cirugía

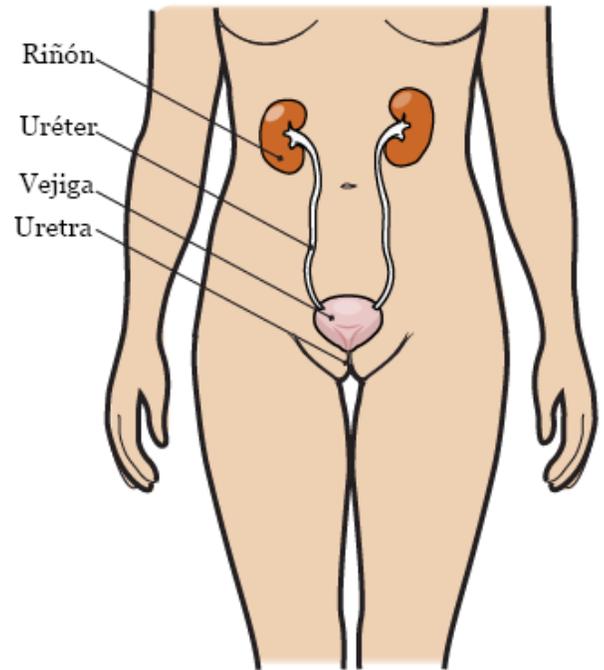
La cirugía de exenteración pélvica anterior es una cirugía en la que se extirpan órganos de los aparatos urinario y reproductor. Es posible que se le realice esta cirugía porque tiene cáncer en el cuello uterino u otro órgano de los aparatos urinario o reproductor.

## Acerca del aparato urinario

El aparato urinario está compuesto por órganos que producen orina (pis) y la sacan del cuerpo. Está formado por:

- Riñones. Los riñones filtran las toxinas de la sangre y producen orina.
- Uréteres. Los uréteres transportan la orina desde los riñones hasta la vejiga.

- Vejiga. La vejiga almacena la orina hasta que la persona siente la necesidad de orinar.
- Uretra. La uretra transporta la orina desde la vejiga hacia el exterior del cuerpo. En las mujeres, está ubicada delante de la vagina.



La figura 1 muestra las partes que forman el aparato urinario.

Durante su cirugía, su cirujano le extirpará la vejiga y la uretra. Esto significa que necesitará un nuevo sitio por el que la orina pueda salir del cuerpo. Su cirujano conectará los uréteres a un nuevo sistema de recolección de orina llamado desviación urinaria o urostomía.

Figura 1. El aparato urinario

## **Tipos de desviaciones urinarias**

Hay dos tipos de desviaciones urinarias: el conducto ileal y la bolsa urinaria. Cada tipo se abre en el abdomen (vientre). A esta abertura se le llama estoma.

- En el caso del conducto ileal, la orina drena hacia una bolsa que se coloca alrededor del estoma. Tendrá que drenar la bolsa cuando sea necesario.
- En el caso de la bolsa urinaria, tendrá que colocar un catéter de drenaje (un tubo delgado y flexible) en el estoma varias veces por día para drenar la orina.

Su proveedor de cuidados de la salud le explicará qué desviación urinaria le harán. Su enfermero le dará un recurso que describe el tipo de desviación que le harán. También le enseñará cómo cuidarlo.

## Información sobre el aparato reproductor

El aparato reproductor está formado por los siguientes órganos:

- Ovarios
- Trompas de Falopio
- Útero
- Cuello uterino
- Vagina

La figura 2 muestra las partes que forman el aparato reproductor.

Durante su cirugía, su cirujano extirpará los ovarios, las trompas de Falopio, el útero y el cuello uterino. Esto significa que no podrá tener hijos de forma natural. Si desea obtener información sobre las opciones de fertilidad (capacidad para quedar embarazada) y su tratamiento

contra el cáncer, lea el recurso *Conservación de la fertilidad antes del tratamiento contra el cáncer: Opciones para personas*

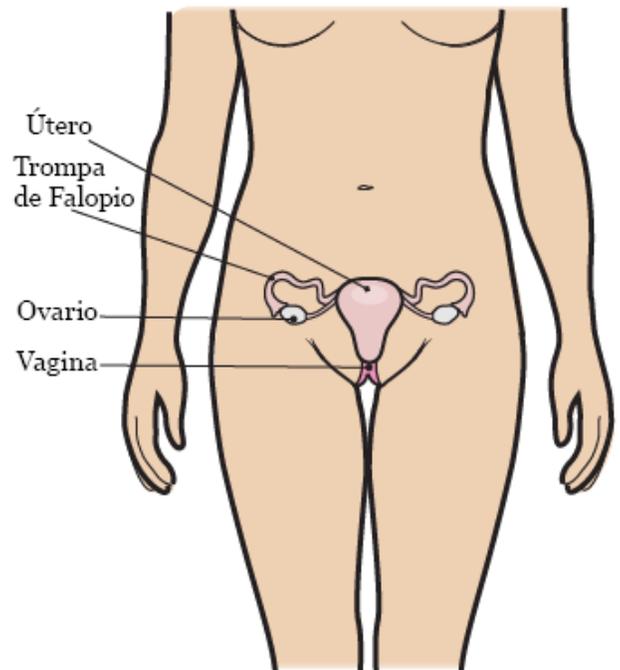


Figura 2. El aparato reproductor

*nacidas con ovarios y útero* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/fertility-preservation-females-starting-treatment](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/fertility-preservation-females-starting-treatment)).

Es posible que su cirujano también le extirpe una parte o toda la vagina. Hablará con usted sobre si este procedimiento es necesario.

Para algunas personas, la vagina puede reconstruirse. Pregunte a su cirujano si esta opción está disponible para usted. Si lo está, se reunirá con un cirujano plástico para hablar sobre esta cirugía. La reconstrucción se realizará al final de la cirugía. Su cirujano plástico creará un nuevo canal vaginal a partir de los músculos y la piel de otras zonas del cuerpo. Su enfermero le dará información sobre cómo cuidar la nueva vagina. Si no desea que se le reconstruya la vagina, se puede cerrar o cubrir la región con un colgajo cutáneo.

Si no se le extirpa la vagina, debería poder tener relaciones sexuales vaginales (sexo). Si le realizan una reconstrucción vaginal, podrá tener relaciones sexuales nuevamente cuando la zona cicatrice. Si no le hicieron una reconstrucción vaginal, recuerde que el sexo puede incluir otras formas de intimidad. Pregúntele a su cirujano si le extirparán el clítoris y cuánta sensibilidad tendrá aún en la zona vaginal.

Sus proveedores de cuidados de la salud le informarán qué esperar después de la cirugía. Por ejemplo, las sensaciones en la zona vaginal pueden no ser iguales a las que tenía antes de la cirugía. Su cirujano puede derivarla a nuestro Programa de Medicina Sexual Femenina y Salud de la Mujer para que pueda

reunirse con un terapeuta y analizar sus inquietudes.

## **Reunión con su equipo de atención médica**

Verá a muchos proveedores de cuidados de la salud diferentes antes de su cirugía. Cada uno describirá el rol que tiene en su atención y responderá sus preguntas. Es posible que vea integrantes del equipo como los siguientes:

- Cirujanos de otros departamentos que trabajarán con su cirujano para completar la cirugía.
- Un psicólogo que trabaja con personas que se someten a esta cirugía.
- Un enfermero de heridas, ostomía y continencia (WOC) que hablará con usted sobre el estoma que le harán.

Puede ser útil para usted escribir preguntas a medida que se le ocurren. Traiga la lista de preguntas que tenga a sus citas.

También puede hablar con alguien que se haya sometido a la cirugía. Su trabajador social puede ayudarla a planificar esto para usted.

## **Preparación para su cirugía**

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

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.**

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.
- 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 planee 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)).

### **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 los materiales para la preparación intestinal, si es necesario**

Es posible que su proveedor de cuidados de la salud le indique que haga una preparación intestinal (limpieza de las heces en el cuerpo) antes de su cirugía. Si es así, le dirá cómo hacerla. Tendrá que comprar los siguientes materiales:

- 1 frasco (de 238 gramos) de polietilenglicol (MiraLAX®). Puede comprar este producto en su farmacia local. No necesita receta médica.
- 1 botella (64 onzas (1.9 litros)) de líquido claro. Para ver ejemplos de líquidos claros, lea la sección “Lleve una dieta de líquidos claros, si es necesario”.
- Líquidos claros adicionales para beber mientras sigue una dieta de líquidos claros, si es necesario.

Su proveedor de cuidados de la salud le dará una receta de antibióticos para que los tome como parte de su preparación intestinal. Asegúrese de recogerlos también.

## **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-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)).

### **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® y Motrin®) y el naproxen (Aleve®), 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**

### **Lleve una dieta de líquidos claros, si es necesario**

Su proveedor de cuidados de la salud le indicará si es necesario que siga una dieta de líquidos claros el día antes de su cirugía. Una dieta de líquidos claros solo incluye líquidos que sean transparentes. En la tabla de la “Dieta de líquidos claros” se ofrecen ejemplos. Mientras siga la dieta:

- No coma ningún alimento sólido.
- Trate de tomar por lo menos un vaso (de 8 onzas o 236 ml) de líquido claro cada hora mientras esté despierto.
- Tome líquidos claros de distintos tipos. No tome solamente agua, café y té.
- No tome líquidos sin azúcar, a menos que tenga diabetes y que se lo indique un integrante de su equipo de atención médica.

## **Para personas con diabetes**

Si tiene diabetes, pregunte al proveedor de cuidados de la salud que se la controla lo que debe hacer mientras hace la dieta de líquidos claros.

- Si toma insulina u otros medicamentos para la diabetes, pregunte si tiene que modificar la dosis.
- Pregunte si debe tomar líquidos claros sin azúcar.
- Asegúrese de controlar 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>Dieta de líquidos claros</b>		
	<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</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>

	gasificada (con gas) y saborizada. <ul style="list-style-type: none"><li>• Bebidas nutritivas claras, como Boost® Breeze, Ensure Clear™, Pedialyte® y Diabetishield®.</li></ul>	
--	---	--

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

Su proveedor de cuidados de la salud le dirá si necesita una preparación intestinal el día antes de su cirugía. Si es necesario, siga las instrucciones a continuación.

**La mañana del día antes de su cirugía**, mezcle los 238 gramos de MiraLAX con las 64 onzas (casi 2 litros) de líquido claro hasta que el polvo de MiraLAX se disuelva. Una vez que el polvo esté disuelto, si lo desea, puede poner la mezcla en el refrigerador.

**A las 5 p. m. del día antes de su cirugía**, comience a tomar la mezcla de MiraLAX. MiraLAX causa defecaciones frecuentes, así que asegúrese de estar cerca de un baño.

- Tome un vaso (8 onzas, 236 ml) de la mezcla cada 15 minutos hasta que se termine.
- Cuando haya terminado de tomar la mezcla MiraLAX, tome de 4 a 6 vasos de líquidos claros. Puede seguir tomando líquidos claros hasta la medianoche, aunque no es obligatorio.
- Después de cada defecación, póngase pomada de óxido de zinc o Desitin® en la piel alrededor del ano. Esto ayuda a prevenir la irritación.

**A las 7 p. m. del día antes de su cirugía**, tome sus

antibióticos según le indicó el médico.

**A las 11 p. m. del día anterior a su cirugía**, tome los antibióticos según le indicó el médico.

### **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.

Debe ir a este lugar:

Centro Prequirúrgico (PSC) en el 6.º piso  
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 B al 6.º piso.

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.

### **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.

### **La mañana 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. El equipo que se utiliza durante la cirugía puede causar quemaduras si toca elementos metálicos.
- No se ponga ninguna loción, crema, desodorante, maquillaje, talco, perfume ni colonia.
- Deje en casa los objetos de valor (como tarjetas de crédito, joyas y chequera).

## **Qué debe traer**

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

## **Cuando llegue al hospital**

Cuando llegue al hospital, tome el ascensor B y vaya al 6° piso. Anúnciese en la recepción de la sala de espera de PSC.

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 sea el momento de cambiarse para la cirugía, le darán un camisón, una bata de hospital y calcetines antideslizantes para que se ponga.

## **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 anesthesiólogo lo hará en el quirófano.

### **Reúnase con un anesthesiólogo**

Antes de su cirugía también se reunirá con un anesthesiólogo. 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.

Puede que su cirujano o anesthesiólogo le digan que se le pondrá un catéter epidural (una sonda delgada y flexible) en la columna (espalda). Un catéter epidural es otra manera de administrarle analgésico después de su cirugía.

### **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**

Después de que se quede totalmente dormido, se le colocará un tubo por la boca hasta la tráquea, el cual le ayudará a respirar. También se le colocará un catéter urinario (Foley) para que drene la orina (pis) de la vejiga. En general, el tubo de respiración se quita mientras usted todavía está en el quirófano.

### **Recuperación después de su cirugía**

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, anote las preguntas que desee 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**

Mientras esté en la PACU, se le administrarán analgésicos epidurales o intravenosos.

- Si recibe analgésicos epidurales, se los pondrán en el espacio epidural, (el espacio en la columna vertebral justo fuera de la médula espinal) a través de un catéter epidural.
- Si va a recibir analgésicos intravenosos, se los administrarán a través de la vía IV.

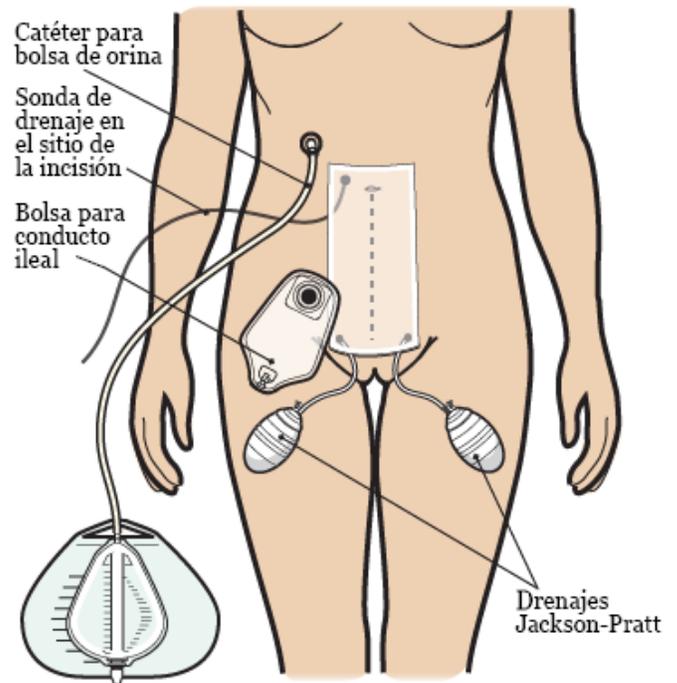
Podrá controlar sus analgésicos mediante un botón llamado dispositivo de analgesia controlada por el paciente (PCA). Para obtener más información, lea el recurso *Analgesia controlada por el paciente (PCA)* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/patient-controlled-a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

## **Sondas y drenajes**

Tendrá sondas, drenajes, bolsas y curitas en el abdomen (véase la figura 3). Estos pueden ser:

- Drenajes Jackson-Pratt (JP) para drenar el líquido que se encuentre alrededor de las incisiones. Se los quitarán cuando dejen de drenar las incisiones.

- Un catéter para drenar la orina de la bolsa urinaria.
- Una sonda de drenaje en el sitio de la incisión. Esta sirve como catéter de seguridad. Se la ponen en caso de que el catéter en la bolsa urinaria se bloquee o se salga. Estará cerrada con una pinza.
- Una bolsa de urostomía en el estoma del conducto ileal para recolectar la orina.



También tendrá:

- Curitas y drenajes en la cara interna de la parte superior de los muslos, si se hizo una reconstrucción vaginal.
- Una vía IV por la que se le administrarán líquidos.
- Botas de compresión en las pantorrillas para ayudar con la circulación de la sangre. Estas permanecerán puestas cuando esté en la cama hasta que le den de alta del hospital.

Figura 3. Sondas, drenajes y bolsas después de su cirugía

El abdomen se le hinchará más en los días posteriores a su cirugía. Luego la hinchazón disminuirá.

Se retirarán la mayoría de los drenajes y sondas en los días o semanas siguientes. Aproximadamente de 3 a 6 semanas, la

mayoría de las personas tendrá, o bien un estoma para la bolsa urinaria, o bien una bolsa para el conducto ileal (véase la figura 4).

Su enfermero WOC y otro personal de enfermería le enseñarán cómo cuidar de su estoma y su desviación urinaria mientras se recupera.

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

La mayoría de las personas pasan la noche en la PACU. Después de su permanencia en la PACU, un integrante del personal le llevará a su cuarto del hospital.

### **En su habitación del hospital**

El tiempo que permanecerá en el hospital después de su cirugía depende de su recuperación. La mayoría de las personas permanece en el hospital de 4 a 7 días.

Cuando le lleven a su cuarto del hospital, conocerá a uno de los enfermeros que se encargará de atenderle mientras permanezca en el hospital. Mientras esté en el hospital, sus proveedores de cuidados de la salud le enseñarán cómo cuidarse mientras se recupera de la cirugía.

Si se sometió a una reconstrucción vaginal, no podrá sentarse durante 6 a 8 semanas. Puede recostarse boca arriba o de costado, o puede estar de pie. Su enfermero la ayudará con esto.

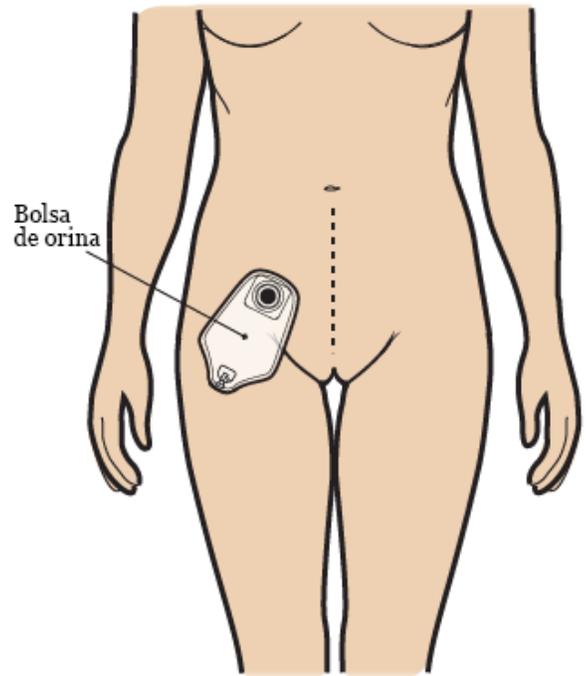


Figura 4. La bolsa urinaria

## **Cómo hacer frente al dolor**

Es posible que sienta dolor en los sitios donde se realizaron las incisiones y en el abdomen.

- Si tiene un catéter epidural, le administrarán analgésicos en su espacio epidural. Podrá controlar sus medicamentos con la ayuda de un dispositivo de PCA.
- Si no tiene un catéter epidural, le administrarán analgésicos a través de su vía IV.
- En cuanto pueda comer alimentos normales, le darán analgésicos orales (medicamentos que se tragan).

Sus proveedores de cuidados de la salud le preguntarán con frecuencia sobre el dolor que tenga y le darán el medicamento según sus necesidades. Si el dolor no desaparece, infórmese a uno de los proveedores 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 mejor.

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 y cuándo puede cambiar a analgésicos sin receta.

## **Moverse y caminar**

Moverse y caminar le 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)).

Lea el recurso *¡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)) para saber qué puede hacer para mantenerse segura y evitar caídas mientras está en el hospital.

## **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**

Su alimentación avanzará lentamente después de la cirugía. Primero tomará líquidos claros. Después de eso, podrá comenzar a comer alimentos normales nuevamente, según lo

que tolere.

Cuando pueda volver a comer alimentos normales, es importante que lleve una dieta equilibrada rica en proteínas para ayudarla a curarse después de la cirugía. La dieta debe incluir una fuente de proteína saludable en cada comida, así como frutas, verduras y granos integrales.

Para obtener más sugerencias sobre cómo aumentar las calorías y proteínas en su dieta, lea el recurso *La alimentación apropiada durante su tratamiento contra el cáncer* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment)).

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

## **Cuidado de los drenajes e incisiones**

Es probable que tenga un poco de sangrado en la mayoría de las incisiones o alrededor de los drenajes. También puede tener un poco de secreción y sensibilidad alrededor de las incisiones y drenajes durante unos días. Mientras le proporcionan cuidados, sus enfermeros le mostrarán y le dirán lo que es normal y esperable. También comenzará a aprender cómo cuidar del estoma y las incisiones.

Es posible que le retiren algunos de las sondas y drenajes antes de que le den el alta del hospital. Si se va a su casa con los drenajes, sus enfermeros le enseñarán cómo cuidarlos.

Si tiene una incisión que se cerró con grapas, generalmente se las retirarán antes de salir del hospital. A algunas personas se

las retirarán en su primera visita de seguimiento.

## **Duchas**

Puede ducharse mientras esté en el hospital. Su proveedor de cuidados de la salud le dirá cuándo puede comenzar. Lávese las incisiones con un limpiador dérmico antiséptico que sea una solución de CHG al 4 %, como Hibiclens, hasta que le retiren las grapas.

## **Planificación del alta**

Antes de irse a casa, uno de sus proveedores de cuidados de la salud le dará los materiales que necesite para cuidarse durante el primer mes. Luego, podrá pedir sus materiales de una fuente externa.

El enfermero administrador de casos de alta se encargará de que un enfermero visitante la vea en su casa. El enfermero visitante la ayudará a cuidar sus drenajes y estoma.

Es posible que aún tenga drenajes colocados cuando regrese a su hogar. Pregunte a su proveedor de cuidados de la salud cuándo se los quitarán. Su enfermero visitante le ayudará mientras aprende a cuidar las incisiones y la desviación urinaria.

Recibirá una receta para un analgésico. Tome el medicamento de acuerdo con las indicaciones del médico y según lo necesite. No maneje ni beba alcohol mientras tome un analgésico de venta con receta.

Lea el recurso *Servicio de Ginecología: Lo que debe saber al volver a casa* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-)

[education/gynecology-service-what-you-should-know-about-going-home](#)) para obtener más información sobre cómo prepararse para el alta.

## **Al salir del hospital**

Para cuando llegue el momento de que salga del hospital, las incisiones ya habrán comenzado a cicatrizar. Antes de retirarse, eche un vistazo a sus incisiones con uno de sus proveedores de cuidados de la salud. Eso 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 el vehículo que le va a llevar a casa no está en el hospital en el momento en que esté listo para salir del mismo, puede que tenga que esperar en la sala de pacientes en transición. Un miembro de su equipo de atención médica le dará más información al respecto.

## **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 completar su Recovery Tracker**

Queremos saber cómo se siente después de salir del hospital.

Para ayudarnos a cuidar de usted, le enviaremos preguntas a su cuenta MyMSK. Las enviaremos todos los días durante 10 días después de que le den de alta. Estas preguntas se conocen como su Recovery Tracker.

Complete su Recovery Tracker todos los días antes de la medianoche (12 a. m.). Solo le tomará de 2 a 3 minutos completarlo. Sus respuestas a estas preguntas nos ayudarán a entender cómo se siente y qué necesita.

Según sus respuestas, es posible que nos comuniquemos con usted para obtener más información. A veces, podemos pedirle que llame al consultorio de su cirujano. Si tiene preguntas, siempre puede comunicarse con el consultorio de su cirujano.

Para obtener más información, lea *Información sobre el Recovery Tracker (rastreador de recuperación)* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker)).

## **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 empiece a sentir es más eficaz que esperar a que el dolor empeore.

Algunos analgésicos de venta con receta (como los opioides) pueden causar estreñimiento (tener menos defecaciones que lo habitual). Hable con su proveedor de cuidados de la salud sobre la forma de prevenir y controlar el estreñimiento.

### **Cuidado de su incisión**

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

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.

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

- La piel alrededor de la incisión está muy roja.
- La piel alrededor de la incisión se torna más roja.
- Observa que el drenaje parece pus (espeso y lechoso).
- Su incisión tiene mal olor.

Si se va a casa con grapas en la incisión, su proveedor de cuidados de la salud se las quitará en su primera cita después de la cirugía. Está bien que se mojen.

### **Cuidado de la desviación urinaria**

Su enfermero le enseñará cómo cuidar su desviación urinaria antes de que salga del hospital. Su enfermero de WOC le dará información por escrito para ayudarlo a recordar cómo hacerlo en casa.

## **Duchas**

Tome una ducha todos los días para limpiar su incisión. Si tiene grapas en la incisión, está bien que se mojen.

Quítese las curitas antes de la ducha. Use jabón durante la ducha, pero no lo ponga directamente sobre la incisión. No frote la zona alrededor de la incisión.

Después de la ducha, seque la zona dándole palmaditas con una toalla limpia. Mantenga la incisión descubierta o cúbrala con pequeñas curitas si su ropa roza la incisión (como la cintura de los pantalones).

No tome baños de tina durante las primeras 4 semanas después de su cirugía.

## **Comidas y bebidas**

Puede comer todos los alimentos que consumía antes de su cirugía, a menos que su proveedor de cuidados de la salud le dé otras instrucciones. Comer una dieta equilibrada y con un alto contenido de calorías y proteínas le ayudará a sanar después de la cirugía. Trate de comer una buena fuente de proteína (como carne, pescado o huevos) en cada comida. También debería tratar de comer frutas, verduras y granos integrales.

También es importante beber mucho líquido. Elija líquidos sin alcohol ni cafeína. Trate de tomar de 8 a 10 vasos (8 onzas) de

líquidos todos los días. Para obtener más consejos sobre qué comer y beber después de la cirugía, lea el recurso *La alimentación apropiada durante su tratamiento contra el cáncer* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment)).

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

## **Ejercicio y actividad física**

Cuando salga del hospital, la incisión lucirá cicatrizada del lado de afuera, pero no sanó del lado de adentro. Durante las primeras 6 a 8 semanas después de su cirugía:

- No levante nada que pese más de 10 libras (4.5 kilogramos).
- No haga actividades vigorosas (como trotar o jugar al tenis).
- No practique deportes de contacto (como fútbol americano).

Hable con su proveedor de cuidados de la salud antes de comenzar a hacer actividad física extenuante o levantar objetos pesados.

Hacer ejercicios aeróbicos, como caminar o subir escaleras, le ayudará a ganar fuerzas y sentirse mejor. Camine al menos 2 a 3 veces por día durante 20 a 30 minutos. Puede caminar al aire libre o en el interior de un centro comercial o mercado local.

Después de su cirugía, es normal tener menos energía que lo habitual. El tiempo de recuperación es distinto para cada persona. Aumente lo más que pueda la cantidad de actividad que hace cada día. Mantenga un equilibrio entre los períodos de actividad y de descanso. El descanso es una parte importante de

su recuperación.

## **Actividad sexual**

Si tiene vagina o una vagina reconstruida, no coloque nada dentro de ella ni tenga relaciones sexuales vaginales hasta su primera cita después de la cirugía. En esta cita, su proveedor de cuidados de la salud le dirá cuándo podrá comenzar a tener relaciones sexuales vaginales nuevamente.

Llame a su proveedor de cuidados de la salud si le dijeron que podía tener relaciones sexuales vaginales, pero le duele cuando lo hace. Es posible que la deriven a fisioterapia para hacerle una evaluación.

## **Manejo**

Su proveedor de cuidados de la salud le dirá cuándo puede comenzar a manejar nuevamente. No maneje mientras toma analgésicos que puedan ponerlo somnoliento. Puede viajar en un auto como pasajero en cualquier momento después de dejar el hospital.

## **Volver a trabajar**

La mayoría de las personas puede regresar a trabajar alrededor de 8 semanas después de la cirugía. Hable con su proveedor de cuidados de la salud sobre su trabajo y cuándo podría ser seguro que comience a trabajar nuevamente. Si su trabajo implica hacer muchos movimientos o levantar cosas pesadas, es posible que deba seguir sin trabajar un poco más de tiempo que si permanece sentado en un escritorio.

## **Viajes**

No viaje durante 2 semanas después de su cirugía. Después de

2 semanas, hable con su proveedor de cuidados de la salud sobre cuándo puede comenzar a viajar nuevamente.

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

Esta cirugía le cambiará el cuerpo, y probablemente a usted le llevará tiempo acostumbrarse a estos cambios. Es posible que se sienta asustada, enfadada o preocupada. Es posible que tenga preguntas o miedos sobre cómo esta cirugía afectará su sexualidad. Estos sentimientos son normales y les ocurren a muchas personas.

Cada persona se acostumbra a estos cambios a su manera. A algunas personas, puede llevarles algunos meses acostumbrarse a su imagen corporal cambiada. A otras personas, les puede llevar más tiempo. Con el tiempo se sentirá más fuerte. Tendrá más confianza al cuidar sus incisiones y su bolsa. Su apetito y energía mejorarán. Y finalmente podrá comenzar a hacer la mayoría de sus actividades habituales.

Tenemos muchos recursos que le ayudarán. Sus proveedores de cuidados de la salud responderán sus preguntas. También contamos con trabajadores sociales, psicólogos, psiquiatras y enfermeros especializados en WOC que han ayudado a muchas personas a atravesar este cambio. Puede tener asesoramiento individual o puede unirse a alguno de nuestros grupos de apoyo en persona o en línea. También hay un clérigo disponible para brindar apoyo espiritual. Puede reunirse con otras personas que se hayan sometido a esta cirugía y que puedan hablar con usted y responderle sus preguntas. Hable con su enfermero si está interesada en hacer esto.

Para abordar cuestiones relacionadas con la salud sexual y la intimidad, puede ver a alguien de nuestro Programa de Medicina Sexual Femenina y Salud de la Mujer. Para obtener más información o para programar una cita, llame al 646-888-5076.

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

Llame a su proveedor de cuidados de la salud si:

- Tiene fiebre de 100.4 °F (38 °C) o superior.
- Tiene escalofríos.
- Tiene problemas para respirar.
- La piel alrededor de la incisión está más caliente de lo normal.
- La piel alrededor de la incisión se pone más roja.
- La piel alrededor de la incisión comienza a hincharse.
- La hinchazón alrededor de la incisión empeora.
- Tiene secreciones de las incisiones.
- Tiene mal olor proveniente de las incisiones.
- Tiene dolor que no se le quita con un analgésico.
- Tiene sangrado vaginal o secreción vaginal que huele mal.
- Siente ardor cuando orina.
- No puede pasar la orina en el estoma o la bolsa.
- Tiene cualquier problema que no esperaba.
- Tiene preguntas o inquietudes.

## **Detalles de contacto**

Llame al consultorio de su proveedor de cuidados de la salud de lunes a viernes, de 9 a. m. a 5 p. m.

Después de las 5 p. m., los fines de semana y los días feriados, llame al 212-639-2000 y pida hablar con la persona que esté de guardia en lugar de su proveedor de cuidados de la salud.

## **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 para cirugía ginecológica**

#### **United Ostomy Associations of America, Inc (UOAA)**

[www.ostomy.org](http://www.ostomy.org)&nbsp;

800-826-0826

Grupo de voluntarios que apoya a las personas que tienen o tendrán una ostomía y que proporciona recursos educativos.

#### **Women's Cancer Network: Gynecological Cancer Foundation (GCF)**

[www.foundationforwomenscancer.org](http://www.foundationforwomenscancer.org)&nbsp;

312-578-1439

Organización sin fines de lucro que brinda educación y apoya la investigación sobre el cáncer ginecológico.

#### **Wound, Ostomy, Contenance Nurses Society**

[www.wocn.org/page/PatientResources](http://www.wocn.org/page/PatientResources)&nbsp;

888-224-WOCN (888-224-9626)

Proporciona recursos para pacientes creados por integrantes de equipos de enfermería que tienen capacitación especial en el cuidado de personas con heridas, ostomías y problemas de continencia.

## **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 ayudarlo 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 ayudarle. 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.

- *Información sobre el Recovery Tracker (rastreador de recuperación)* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker))
- *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))
- *Información sobre la urostomía* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/about-your-urostomy](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/about-your-urostomy))
- *¡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))
- *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))
- *La alimentación apropiada durante su tratamiento contra el cáncer* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment))
- *Servicio de Ginecología: Lo que debe saber al volver a casa* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/gynecology-service-what-you-should-know-about-going-home](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/gynecology-service-what-you-should-know-about-going-home))
- *Higiene de manos y prevención de infecciones* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/hand-hygiene-preventing-infection](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/hand-hygiene-preventing-infection))
- *Los remedios herbales y el tratamiento contra el cáncer* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/herbal-](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/herbal-)

## [remedies-and-treatment](#))

- *Cómo ducharse con un limpiador dérmico antiséptico que sea una solución de gluconato de clorhexidina (CHG) al 4 %*  
([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/showering-hibiclens](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/showering-hibiclens))
- *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))
- *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 Anterior Pelvic Exenteration Surgery - Last updated on June 5, 2024

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