



**La salud es importante**

## Cirugía de la banda gástrica ajustable Instrucciones para el alta

**Ahora que está listo para irse a casa, le entregamos la siguiente información para ayudarlo a cuidarse.**

### **¿Qué medicamentos debo tomar y cómo debo tomarlos?**

Para que los medicamentos sean absorbidos y utilizados por el cuerpo, debe seguir las siguientes indicaciones:

- Muela todas las tabletas no masticables y abra todas las cápsulas. Mezcle el polvo con los alimentos.
- Mastique las tabletas masticables por completo, luego tráguelas con líquido.
- Puede tomar las presentaciones líquidas de sus medicamentos, cuando estén disponibles. Agite la botella antes de verter la dosis del medicamento.

<b>Medicamentos/ Suplementos</b>	<b>Dosis</b>	<b>Comentarios</b>
<b>Hidrocodona/ Jarabe de acetaminofeno</b>	Tome de 1 a 2 cucharaditas de jarabe de 7.5 mg/325 mg (en 15 ml) cada 4 a 6 horas, según sea necesario, si el dolor es moderado.	Una vez que disminuyan las molestias, suspenda los medicamentos recetados para el dolor. En su lugar, tome acetaminofeno de venta libre (por ejemplo, Extra-Strength Tylenol®) cada seis horas, según sea necesario. Tome 2 cucharadas de líquido (igual a 1000 mg) o dos tabletas (molidas).
<b>Complejo multivitamínico con minerales</b>	Tome 1 comprimido masticable para adultos o 2 para niños todos los días.	Puede escoger otra forma o tipo. Revise el folleto de dieta.  <b><i>¡NO compre vitaminas en forma de gomas!</i></b>
<b>Eliquis</b>  <b><u>O BIEN</u></b>  <b>Lovenox</b>	Tome una pastilla de 2.5 mg dos veces al día durante un mes después de la cirugía.  Su cirujano determinará la dosis de acuerdo con su peso. Tome el medicamento durante un mes después de la cirugía.	<b>Su cirujano decidirá si usted tomará alguno de estos medicamentos.</b>

### ¡Medicamentos que debe evitar!

No tome aspirina ni productos que contengan aspirina durante **una semana** después de la cirugía.

No tome antiinflamatorios no esteroides como ibuprofeno (Advil®, Motrin®, etc.) y naproxeno (Naprosyn®, Aleve®, etc.) durante **un mes** después de la cirugía.

### ¿Cómo debo cuidar la incisión?

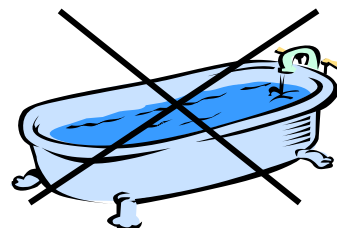
Retire los vendajes 3 días después de la cirugía si aún los tiene colocados.

No retire las vendas Steri-strips® [tiras de cinta sobre las incisiones (cortes)]; estas se ondularán y se desprenderán. Si todavía están colocadas en el lugar 2 semanas después de la cirugía, quítelas suavemente. Puede hacerlo en la ducha.

Si tiene pegamento en las incisiones, no lo retire. A medida que los extremos comiencen a ondularse, puede tratar de quitar el pegamento. Si todavía hay pegamento en el lugar 2 semanas después de la cirugía, quítelo suavemente de las incisiones. Puede hacerlo en la ducha.

### ¿Me puedo duchar o bañar?

Puede ducharse con jabón. Seque las incisiones con golpes suaves después de ducharse. No tome baños ni se sumerja en agua durante un mes.



### ¿Qué tipo de actividad está permitida?

Una vez que el dolor desaparezca y no necesite tomar medicamentos, podrá conducir. El dolor puede dificultar moverse rápidamente. Detenga cualquier actividad intensa si le resulta incómoda durante el primer mes. Camine tanto como le resulte cómodo. Después de la cirugía, su meta es caminar durante 30 minutos por día, los 7 días de la semana, a un ritmo cardíaco elevado. También puede usar una bicicleta fija o un elíptico. Evite levantar objetos pesados hasta que converse sobre eso con su cirujano.

### ¿Cómo controlo el estreñimiento?

Si no tiene una deposición dentro de los 5 días después de la cirugía, pruebe con leche de Magnesio® (2 cucharadas, dos veces al día). Si no obtiene resultados después de un día, pruebe con un supositorio Dulcolax® o un enema Fleets®. También puede intentar tomar MiraLax® todos los días hasta por 7 días. Si ninguna de estas medidas lo ayuda, llame al centro de cirugía para la obesidad.

### ¿Qué hago si vomito?

Si vomita, probablemente ha comido o bebido demasiado o muy rápido, o bien, posiblemente los alimentos hechos puré eran demasiado sólidos.

- Espere cuatro horas y luego tome una onza de líquido sin azúcar.
- Si el líquido no le produce náuseas ni vómitos, entonces tome solo líquidos hasta el día siguiente. Luego, puede probar con alimentos hechos puré nuevamente o continúe tomando solo líquidos si aún no se encuentra en la etapa de los alimentos hecho puré.
- Si continúa con vómitos, llame al centro de cirugía para la obesidad.

## Notas sobre la dieta

**A partir del día que le dan el alta y durante la semana siguiente:**

**Dieta completamente líquida.** Beba **de una a dos onzas** cada **veinte minutos** mientras esté despierto.

Beba **dos** batidos ricos en proteínas (cada uno con un contenido de proteínas de al menos 25 g) por día, **de una a dos onzas** por vez.

**Segunda y tercera semana luego del alta:**

**Alimentos hechos puré, especialmente aquellos con alto contenido proteico.**

Consuma de 1 a 2 onzas de alimentos hechos puré, hasta 4 onzas de yogur de bajo contenido calórico o sin grasa, o hasta media taza de sopa hecha puré cada 2 a 3 horas mientras está despierto.

Beba **un** batido rico en proteínas (25 g de proteína) por día; no más de 4 onzas por vez.

**Más información sobre los alimentos:** Consuma como mínimo **60 g** de proteína por día.

**¡Coma lentamente! Deje de comer cuando se sienta satisfecho.**

No pase más de **20 minutos** consumiendo una comida.

**Más información sobre los líquidos:** Intente beber al menos **40 onzas** de líquido por día.

**Espere al menos 30 minutos después de comer para comenzar a beber líquidos nuevamente.**

Beba lentamente. No use sorbetes.

No consuma **bebidas con gas, jugos, agua de coco ni batidos** después de la cirugía.

Evite las **bebidas alcohólicas** durante un mes después de la cirugía.

### **¿Puedo quedar embarazada?**

**DEBE evitar quedar embarazada hasta que tenga un peso estable y no presente ninguna deficiencia de vitaminas y minerales.** Es posible que haya un riesgo mayor de que el bebé tenga defectos congénitos mientras usted pierde peso. La pérdida rápida de peso aumenta la fertilidad. Debe usar los métodos anticonceptivos de manera correcta y en todo momento para evitar el embarazo, incluso si no logró quedar embarazada anteriormente.

### **¿Cuándo son los controles después de la cirugía?**

Se reunirá con su cirujano/enfermera practicante y dietista de 2 a 3 semanas después de la cirugía y de 5 a 6 semanas luego de la cirugía. Le recomendamos que se reúna con su cirujano /enfermera practicante cada 3 a 4 semanas hasta que se le haya ajustado adecuadamente la banda. Luego, se programarán las citas según sea necesario con el profesional correspondiente.

Debió haber recibido las fechas y horarios para las **dos primeras visitas de seguimiento** junto con las instrucciones previas a la operación. De no ser así, llame al centro para programarlas.

### **¿Cuándo me ajustarán la banda?**

Es posible que el primer ajuste de su banda se realice en la visita al consultorio, en la semana 5 o 6. Evaluaremos la necesidad de ajustes adicionales en cada cita de control.

**Luego de cada ajuste de la banda, debe consumir únicamente líquidos por el resto del día en que se le realiza el ajuste. Consuma alimentos sólidos y blandos el día después del ajuste de banda y luego vuelva a ingerir alimentos de consumo habitual el segundo día después del ajuste. Llame al centro si tiene problemas para tolerar líquidos o alimentos.**

### **¿Cuándo debo realizarme el examen de tracto gastrointestinal superior?**

Si no se le realizó un examen de tracto gastrointestinal superior en el hospital, **debe** realizarse uno en nuestro consultorio antes de la cita de control durante la semana 5 o 6. Esta cita debió haber sido programada para el mismo día, si fuera posible, que la cita de control de la semana 2 o 3. Debió haber sido notificado acerca de esta cuando se le entregaron las instrucciones previas a la operación. **Sin los resultados del examen, no podremos hacerle el primer ajuste de la banda.** Si no tiene esta cita, llame al centro para programarla.

## ¿Cuándo debo llamar al centro de cirugía para la obesidad?

### Llame si tiene:

- Aumento del enrojecimiento, hinchazón, calor o dolor en la incisión
- Secreción en la incisión
- Fiebre superior a 101 °F (38.3 °C)
- Dolor abdominal
- Vómitos frecuentes
- Náuseas
- Dificultad para respirar
- Malestar general



## NÚMEROS TELEFÓNICOS PARA EMERGENCIAS

Llame al **(212) 305-4000** si tiene algún problema.

Después de las 5 p. m., llame al cirujano:

Dr. Marc Bessler al (212) 305-9506,

Dr. Abraham Krikhely al (212) 305-9506

Esta información es breve y general. No debe ser la única fuente de información para este tema de atención de salud. No debe usarse como base para diagnósticos o tratamientos. No reemplaza las instrucciones de sus proveedores de atención de salud. Si tiene preguntas sobre su salud, converse con sus proveedores de atención de salud para recibir orientación antes de tomar alguna decisión sobre esta.

Derechos de autor: New York-Presbyterian Hospital, 2003. Todos los derechos reservados Modificado: 2001, 4/02, 4/03, 1/04, 12/04, 9/05, 5/06, 8/06, 10/06, 8/08, 10/08, 7/09, 9/09, 1/11, 4/11, 5/11, 6/12, 12/12, 2/13, 3/14, 11/17, 5/1/18