

En el ingreso para la intervención

Si su intervención se lleva a cabo de forma programada, es decir, ingresa para la misma desde su domicilio, en esta infografía le proporcionaremos una serie de aspectos importantes que es conveniente que prepare de cara a la intervención. **La preparación evitará imprevistos**, ansiedad innecesaria y diferentes problemas que pueden, incluso, derivar en complicaciones innecesarias. Como se indicó en otras infografías, la preparación para la intervención es fundamental. Y aunque **la actividad de los servicios quirúrgicos suele organizarse de semana en semana, su preparación podrá iniciarse desde su inclusión en lista de espera**, pudiendo realizar acciones con tiempo para prepararse para la misma.

Semanas/meses antes:

- Procure **identificar la red de apoyos y cuidadores** a su alrededor, para coordinar con ellos los cuidados durante el ingreso y la posterior alta. Cada persona dispone de un entorno familiar y social, así como diferentes circunstancias que deberá solucionar o solicitar ayuda por un asistente social.
- **Organice su actividad laboral**, en cuestión de baja, en ocasiones hasta la intervención, y con posterioridad a la misma para su recuperación. Los plazos serán diferentes según su actividad laboral y deberá consensuarlos con su médico de atención primaria. Tenga en cuenta que algunas cardiopatías influyen en el permiso para conducir, por lo que debe informarse y dispone de una infografía a tal efecto.
- Realice una **preparación psicológica para la intervención**. Valórela como algo positivo y no entre en un bucle de ansiedad. La permanencia en lista de espera será prudencial para adecuar la actividad quirúrgica a la gravedad de los diferentes pacientes que deben ser atendidos.
- **Observe su sintomatología** y, si presenta empeoramiento, póngase en contacto con el servicio de cirugía cardíaca/cardiovascular o acuda al servicio de urgencias. Procure cuidarse del frío y de procesos que puedan causar infecciones respiratorias. Siga adecuadamente el tratamiento médico y realice una dieta sana.

En la semana previa: generalmente, los servicios suelen realizar una programación de la actividad de semana en semana, por lo que probablemente sea avisado para programar el ingreso en la semana previa. Organice una bolsa/maleta con diferentes aspectos que debe aportar:

- **Higiene y aseo personal:** En los hombres, se recomienda disponer de máquinas de afeitado eléctrico.
- **Muestras de la medicación** habitual en cantidad suficiente para más de una semana.
- **Documentación** y dispositivos como el incentivador volumétrico para hacer la **fisioterapia respiratoria** que puede que le hayan facilitado
- Si le han encargado la compra de un **corsé externo o faja torácica**, deberá haberlos adquirido en una ortopedia
- **Ropa interior** suficiente
- **Zapatillas con talón cubierto**
- Realice los **cambios en el tratamiento que le hayan indicado**, generalmente a efectos de suspender alguno de los tratamientos anticoagulantes/antiagregantes y si debe seguir tratamiento con heparina o no.

El día previo al ingreso:

- Tenga en cuenta la **toma de la medicación de la mañana** y si debe ingresar o no en **ayunas**. Si lo hace en ayunas, el tomar la medicación con un poco de agua no interferirá con las analíticas que vayan a extraerse. Si es diabético, tenga en cuenta el ayuno a efectos de la administración de insulina.
- Acuda a la planta donde ha sido citado para el ingreso. Cada centro tiene sus protocolos de admisión por lo que será conveniente que se haya informado con anterioridad para evitar contratiempos.
- **Revise la preparación hecha** en los días previos, así como la ruta y hora de salida que seguirá para llegar al centro a la hora a la que se le ha citado.

Una vez ingrese, descanse y déjese hacer puesto que la experiencia de los equipos es amplia en tratar cientos de pacientes cada año.

