

## **Preguntas más frecuentes**

### **¿Qué es la Recuperación Mejorada después de la Cirugía (Enhanced Recovery After Surgery-ERAS)?**

*La Recuperación Mejorada después de la Cirugía, o ERAS por sus siglas en inglés, es un proceso de recuperación rápida que se enfoca en disminuir el estrés de la operación sobre su cuerpo, lo cual puede resultar en una hospitalización más corta que con los métodos tradicionales. La meta es que usted regrese a la normalidad lo antes posible.*

### **¿En qué se diferencia de los métodos tradicionales?**

*Usted podrá tomar líquidos hasta 2 horas antes de su procedimiento médico. Lo motivaremos para que comience a comer y a sentarse en una silla hasta el mismo día de su procedimiento. Su dolor será controlado utilizando un método multimodal, lo cual incluye administración rutinaria de medicamentos sin narcóticos además de su medicamento regular para el dolor.*

### **¿Cuál es el propósito de masticar chicle o dulces al menos 4 veces al día?**

*Esto ayuda a estimular las funciones de sus intestinos y la habilidad de comenzar su dieta nuevamente.*

### **¿En qué se diferencia el tomar Clearfast de tomar otros líquidos claros?**

*Clearfast contiene nutrientes esenciales que ayudan a eliminar el estado de hambre y disminuye el apetito, la sed, las náuseas y la cantidad de líquidos necesarios durante la operación.*

### **¿Cuándo debo tomar Clearfast?**

*Usted debe tomarse una botella la noche antes de la operación y la última botella la mañana de la operación. Debe terminar de tomarse el Clearfast 2 horas antes de su procedimiento médico.*

### **¿Por qué es importante que me sienten en la silla durante todas mis comidas y que camine por el pasillo de 3 a 4 veces al día?**

*El levantarse de la cama puede ayudar a estimular sus intestinos, aliviar las dolencias y disminuir el riesgo de complicaciones relacionadas con la inmovilidad.*

***¿Por qué es importante que haga mis ejercicios de respiración cada hora?***

*El uso de su espirómetro incentivador ayudará a mantener sus pulmones limpios y, en algunos casos, puede aliviar sus dolencias.*

***¿Cuál es mi rol en este proceso antes de mi procedimiento médico?***

*Usted puede ayudar a preparar su cuerpo antes de la operación con buena nutrición y actividad, aumentando su consumo de proteínas y haciendo ejercicios a diario, o lo más que pueda tolerar, a menos que su médico le de otras instrucciones. Revise los materiales acerca del programa que le proporcionó el hospital y comuníquese con el departamento preoperatorio o con la oficina de su cirujano si tiene preguntas.*

***¿Qué puedo esperar después de mi procedimiento médico?***

*Haremos todo lo posible por que usted se sienta cómodo sin exceso de medicamentos. Lo motivaremos a que mastique chicle o coma dulces duros al menos 4 pedazos al día para ayudar a estimular su función intestinal, coma todas sus comidas sentado en una silla, camine al menos 4 veces al día para disminuir el riesgo de complicaciones relacionadas con la inmovilidad, y use su espirómetro incentivador para mantener sus pulmones limpios.*

***¿En qué puedo ayudar después de mi procedimiento médico?***

*Participe activamente en su cuidado. Haga preguntas sobre el cuidado que está recibiendo. Por favor, avísele al personal si siente dolor antes de que se convierta en un dolor insoportable.*

***¿Qué puedo hacer para ayudar a mis familiares y amigos a recomendarles este programa a sus médicos?***

*Comparta su experiencia. Comparta el material educacional que se le dio antes de su operación para que ellos estén bien informados al recomendar el uso de los elementos del programa.*