

Guía del cuidador familiar para la cirugía programada de los adultos mayores



Más allá de la cirugía en sí misma, usted puede estar preocupado acerca de qué sucederá después, si su familiar volverá a caminar otra vez o podrá vivir solo.

¿Un médico le ha recomendado una cirugía a un miembro de su familia? Quizás esta cirugía es para un reemplazo de cadera o de rodilla, bypass coronario u otro tipo de cirugía. Muchos adultos mayores (personas de 65 años o más) necesitan una cirugía. Puede tratarse de una cirugía para un paciente hospitalizado, que incluye pasar al menos una noche en el hospital. O puede ser para un paciente ambulatorio o cirugía del “mismo día”, cuando los pacientes se van a su casa después de pasar algunas horas en la sala de recuperación.

Siempre existen riesgos en la cirugía. Con frecuencia, estos riesgos están relacionados con la anestesia y las infecciones. Para los adultos mayores, existen además otras preocupaciones. A continuación describimos algunas maneras en las que usted, como cuidador familiar, puede ayudar.

Hable con el cirujano acerca de qué esperar de la cirugía. Esto incluye:

- ▶ **Los objetivos del tratamiento.** ¿Qué espera el médico que suceda como resultado de esta cirugía?
- ▶ **Anestesia.** ¿Qué tipo de anestesia se utilizará? ¿Cuáles son los efectos secundarios habituales de esta anestesia?
- ▶ **Recuperación.** ¿Cuánto tiempo se espera que su familiar esté en la sala de recuperación?
- ▶ **Dolor.** ¿Cuánto y qué clase de dolor podría tener su familiar? ¿Cuánto tiempo podría durar ese dolor? ¿Cuáles son las maneras de manejar ese dolor?

- ▶ **Limitaciones físicas.** ¿Podrá su familiar levantar objetos pesados, subir escaleras y hacer otras actividades que solía hacer antes de la cirugía?

Conozca más acerca de cómo hacer que la experiencia en el hospital sea lo menos estresante posible en la guía de *Next Step in Care*, Ingreso al Hospital: Cómo planificar y qué esperar de su estadía en el hospital (Hospital Admission: How to Plan and What to Expect During the Stay), en

http://nextstepincare.org/Caregiver_Home/Hospital_Admissions.



Si usted debe realizar tareas complejas como el cuidado de la herida y el manejo de los medicamentos, entonces pregunte por la capacitación y alguien a quien llamar cuando tenga preguntas.

Converse con el cirujano dónde irá su familiar después de la cirugía.

- ▶ Pregunte qué esperar si su familiar regresa al hogar después de la cirugía. Averigüe acerca del tipo de ayuda que su familiar necesitará ahora y después. Sea claro en cuanto a la ayuda que usted puede proporcionar y qué clase de apoyo usted necesita. Pregunte si su familiar es elegible para los servicios de cuidado domiciliario.
- ▶ Muchos pacientes (especialmente los que se someten a una cirugía por reemplazo de cadera o de rodilla) van del hospital a programas de rehabilitación de corto plazo en centros especializados de enfermería. Estos programas proporcionan terapia física y otros tipos de terapia y tratamientos, junto con los cuidados médicos. Conozca más acerca de tales programas de rehabilitación de corto plazo en la guía de *Next Step in Care*, Planificación para servicios de rehabilitación de pacientes internados [Planning for Inpatient Rehabilitation ("Rehab") Services] en http://www.nextstepincare.org/Caregiver_Home/Rehab_Complete.



Hable con el personal del consultorio del cirujano para averiguar con anticipación sobre el pago del tratamiento y cuidado de su familiar.

Sepa cuánto costará la cirugía.

A muchas personas les resulta confuso entender las facturas de la cirugía. Esto incluye los honorarios del cirujano además de otras cuentas por los servicios del hospital y la atención de salud. Tenga presente que en general el anestesiólogo facturará por separado. Asegúrese de saber qué pagará Medicare u otro seguro de salud. Usted puede conocer más acerca de Medicare si visita www.medicare.gov.

Asegúrese de tener actualizados los documentos importantes.

¿Están actualizadas las “voluntades anticipadas” de su familiar, y se nombra a alguien como su “representante de cuidados de la salud”? ¿Ha revisado esa persona las voluntades anticipadas y los deseos de su familiar junto con él/ella? Conozca más acerca de estos importantes documentos legales en la guía de *Next Step in Care*, *Voluntades anticipadas: una guía para el cuidador familiar (Advance Directives: A Family Caregiver’s Guide)* en http://www.nextstepincare.org/Caregiver_Home/Advance_Directives.



Estas pautas también pueden ser útiles para usted. Revise todos estos ítems a continuación y hable con el cirujano o un miembro del equipo del cirujano acerca de cualquier otra inquietud adicional. Asegúrese de decirle al cirujano si su familiar tiene alguno de estos problemas específicos.

Pautas de Mejores Prácticas: una lista de verificación para evaluar a los pacientes mayores antes de la cirugía

El Programa de Mejora de la Calidad Quirúrgica Nacional del American College of Surgeons (Colegio Americano de Cirujanos) y American Geriatrics Society (Sociedad Americana de Geriátrica) recientemente desarrollaron las pautas de “mejores prácticas” para que los cirujanos y su personal las utilicen al evaluar a pacientes mayores antes de la cirugía.¹ Estas pautas deben utilizarse junto con un historial médico completo y el examen físico.

- ▶ ¿Tiene su familiar la capacidad cognitiva y la facultad de comprender y otorgar su consentimiento para la cirugía que se está evaluando? Los médicos deben evaluar la comprensión y memoria de cada paciente. Esto debe realizarse en una etapa temprana porque si el paciente tiene problemas para comprender o recordar con claridad, puede afectar todas las pruebas siguientes.

¹ Las preguntas de la lista de verificación de esta guía han sido adaptadas, con autorización, de Warren B. Chow, Ronnie A. Rosenthal, Ryan P Merkow, y otros, “Evaluación preoperatoria óptima del paciente geriátrico quirúrgico: Pautas para las Mejores Prácticas del Programa de Mejora de la Calidad Quirúrgica Nacional del American College of Surgeons (Colegio Americano de Cirujanos) y American Geriatrics Society (Sociedad Americana de Geriátrica)”, *Journal of the American College of Surgeons*, 2012; 215(4): 453-466.

- ▶ ¿Se ha examinado a su familiar para detectar si sufre de depresión? Es importante que los médicos sepan si un paciente está deprimido o se ha estado sintiendo triste por mucho tiempo. Los estudios demuestran que la depresión puede afectar el riesgo de infección de una persona y su respuesta a los medicamentos para el dolor.
- ▶ ¿Tiene su familiar factores de riesgo para el desarrollo de delirio (confusión de corto plazo) después de la operación?
- ▶ ¿Se ha preguntado a su familiar acerca del uso o dependencia de alcohol o drogas? Los médicos necesitan saber si los pacientes son dependientes del alcohol o las drogas. Ser dependiente puede afectar la respuesta del paciente a la anestesia y a los medicamentos para el dolor.
- ▶ ¿Se ha realizado una evaluación cardiaca (del corazón), incluso si la cirugía no involucra al corazón?
- ▶ ¿Se ha evaluado el factor de riesgo de su familiar ante complicaciones pulmonares (respiración y pulmones), y existen planes para manejar estas complicaciones, en caso de que ocurrieran?
- ▶ ¿Se ha evaluado el historial de caídas y el estado funcional de su familiar (capacidad para salir de la cama, bañarse, preparar la comida)?
- ▶ ¿Se ha determinado la fragilidad inicial (falta de fuerza, debilidad) de su familiar? Los médicos necesitan saber si un paciente es fuerte o débil. Esto puede afectar la rapidez con que su familiar se recuperará de la cirugía y si lo hará por completo.
- ▶ ¿Se ha establecido el estado nutricional de su familiar, y si tiene sobrepeso o peso inferior al normal, existen planes para lidiar con ese problema? El peso de una persona puede afectar la manera en que se recuperará de la cirugía. A los pacientes que son muy delgados o tienen poco peso les puede faltar la fortaleza necesaria para recuperarse. Los pacientes que tienen sobrepeso pueden tener problemas cardíacos o de otro tipo.

- ▶ ¿Se ha elaborado un historial detallado de los medicamentos, enfocado especialmente en la polifarmacia (uso de muchos fármacos)? ¿Se han incluido medicamentos de venta libre como la aspirina o las vitaminas?

- ▶ ¿Se ha arreglado el apoyo adecuado para su familiar? Es mejor planificar con anticipación todo el apoyo que su familiar necesitará después de la cirugía. Esto con frecuencia incluye que alguien obtenga las recetas, ayude a la persona a levantarse de una silla, a bañarse, a preparar las comidas y acompañar a la persona al médico para las visitas de seguimiento.

- ▶ ¿Se han ordenado pruebas de diagnóstico adecuadas para los pacientes mayores? Es posible que el médico quiera hacer pruebas de sangre antes de que el paciente se someta a la cirugía. Para los adultos mayores, estas pruebas con frecuencia tienen el propósito de detectar casos de anemia además de estudiar la función de los riñones y del hígado.

La cirugía puede mejorar la salud y la calidad de vida de su familiar. Pero también puede ser estresante. Una buena manera de ayudar es hacer preguntas y preparar planes para la cirugía y el cuidado de seguimiento.