

Guía prequirúrgica para su cirugía de columna

Actividades y cuidados preparatorios antes de la cirugía

Objetivo: Llegar a la cirugía en las mejores condiciones posibles y reducir riesgos evitables. Las indicaciones del cirujano y del anestesiólogo siempre tienen prioridad sobre esta guía.

1. Estudios y evaluación preoperatoria

- Llevar resonancia magnética, radiografías, tomografías u otros estudios de columna solicitados.
- Completar los análisis prequirúrgicos indicados.
- Realizar electrocardiograma y evaluación cardiológica cuando corresponda.
- Completar la evaluación preanestésica.
- Informar antecedentes médicos, cirugías previas y alergias.

2. Medicación

- Informar todos los medicamentos y suplementos que utilice habitualmente.
- Prestar especial atención a aspirina, clopidogrel, warfarina, rivaroxabán, apixabán y otros anticoagulantes o antiagregantes.
- Informar también antiinflamatorios, corticoides, medicación para diabetes y suplementos.
- No suspender ni modificar ningún medicamento por cuenta propia; seguir las instrucciones del equipo tratante.

3. Tabaquismo, alcohol y estado general

- Si fuma, es conveniente suspender el tabaco con la mayor anticipación posible; idealmente varias semanas antes.
- Evitar el consumo de alcohol en los días previos.
- Avisar al equipo si aparece fiebre, tos importante, infección respiratoria o urinaria, diarrea, vómitos, lesiones en la piel o cualquier enfermedad aguda.

4. Alimentación, hidratación y ayuno

- Mantener una alimentación habitual y una adecuada hidratación durante los días previos, salvo indicación diferente.
- Cumplir estrictamente las instrucciones de ayuno proporcionadas por anestesia. (nada por boca, no masticar chicle, no comer caramelos, no fumar, no tomar agua)
- No asumir horarios de ayuno por cuenta propia: pueden variar según el tipo de alimento, bebida, medicación y protocolo institucional.

5. Higiene y preparación personal

- Ducharse la noche anterior y la mañana de la cirugía con jabón antiséptico (jabón de plevinox o clorhexidina) y secarse con una toalla recién lavada.
- No aplicar cremas, aceites, perfumes ni talco en la zona quirúrgica.

- Retirar maquillaje, esmalte de uñas, joyas, reloj y piercings según las instrucciones del centro.
- Retirar prótesis dentales (removibles), audífonos o lentes de contacto antes de entrar al quirófano
- No rasurar la zona quirúrgica por cuenta propia salvo indicación expresa.

6. Qué llevar al sanatorio

- DNI o documento de identidad y credencial de cobertura médica.
- Estudios de imágenes y análisis solicitados.
- Lista actualizada de medicamentos y alergias.
- Ropa cómoda y calzado seguro.
- Elementos personales de higiene.
- De ser necesaria algún tipo de ortesis (faja, corset, cuello blando, etc) será comunicado previamente por el equipo.
- Organizar un acompañante responsable para el ingreso y especialmente para el alta.
- **No** llevar joyas, cadenas, relojes u objetos de valor durante la internación.

7. Preparar el hogar para el regreso

- Dejar despejadas las zonas de circulación y retirar obstáculos o alfombras sueltas.
- Colocar los objetos de uso frecuente a una altura cómoda para evitar agacharse repetidamente.
- Organizar ayuda para las primeras horas o días si fuera necesaria.

Checklist antes de salir hacia el sanatorio

- ☐ Estudios y análisis completos.
- ☐ Evaluación preanestésica realizada.
- ☐ Medicación revisada con el equipo tratante.
- ☐ Indicaciones de ayuno comprendidas y cumplidas.
- ☐ Documentación y estudios preparados.
- ☐ Acompañante confirmado.
- ☐ Higiene prequirúrgica realizada según indicación.
- ☐ Sin fiebre ni síntomas nuevos sin informar al equipo médico.

Importante: esta guía es orientativa y no reemplaza las indicaciones específicas del cirujano, anestesiólogo ni de la institución donde se realizará el procedimiento.