

Indicaciones preoperatorias para una cesárea planificada

¡Felicidades por su próximo parto! El equipo de Bain Birth Center está poniendo a prueba un programa de recuperación mejorado después de un parto por cesárea dirigido a mejorar la salud y el bienestar de nuestros pacientes y sus bebés. Esperamos que también tenga un impacto positivo en toda su experiencia de parto.

Como parte de este programa, queremos darle indicaciones preoperatorias para que pueda prepararse mejor para su experiencia de parto.

Tiempo/Lugar

La cesárea se realizará en el 5.º piso del edificio Needham de Mount Auburn Hospital. No es necesario que se registre, puede ir directamente a la sala de trabajo de parto y parto.

Hay dos cesáreas programadas todos los días, una a las 9 a.m. y otra a las 11 a.m. **Debe llegar 2 horas antes de la hora prevista.**

* Tenga en cuenta que las cesáreas programadas a veces se retrasan debido a eventos no programados en la sala de partos. Hacemos todo lo posible para realizar la cirugía a tiempo, pero entienda que algunos retrasos están fuera de nuestro control.

Información preoperatoria

Nutrición

Usted puede comer alimentos sólidos hasta 8 horas antes de su cirugía; por lo general, es más fácil **dejar de comer alimentos sólidos después de la medianoche** de la noche anterior a su cirugía.

Le recomendamos que tome una bebida clara con 50 g de carbohidratos **hasta 2 horas** antes de la cirugía. Algunos ejemplos son los siguientes:

Gatorade 945 ml (54 g de carbohidratos),

Jugo de manzana 475 ml (56 g de carbohidratos), sin pulpa,

Bebida preoperatoria Ensure

También puede tomar agua u otros líquidos claros (nada con crema, leche o pulpa como el jugo de naranja) **hasta 2 horas** antes de la cirugía.

No ingiera nada por la boca 2 horas antes de la cirugía.

Si tiene diabetes gestacional o diabetes preexistente en el embarazo, no beba la bebida con carbohidratos. Puede beber solamente agua la mañana anterior a su cirugía.

Cuidado de la piel

No se afeite ni depile el vello púbico en las dos semanas previas al parto por cesárea.

Compre una botella de "Hibiclens" para usar en la ducha la noche antes de la cirugía, prestando especial atención a la zona abdominal inferior. El producto "Hibiclens" o su equivalente genérico puede comprarse sin receta en cualquier farmacia.

Llegada a la sala de trabajo de parto y parto

Al llegar a la sala de trabajo de parto y parto, será llevada al área de recuperación preoperatoria y posoperatoria.

Se le dará una bata de hospital para que se cambie y una enfermera le tomará los signos vitales, la conectará al monitor fetal y le colocará un catéter intravenoso para administrarle líquidos por vía intravenosa antes, durante y después de la cirugía. En la zona de espera preoperatoria, se le administrarán antibióticos para ayudar a prevenir la infección en el momento de la cesárea, así como medicamentos para el dolor no narcóticos y medicamentos contra las náuseas.

El anestesista y el obstetra se reunirán con usted para revisar los antecedentes médicos, quirúrgicos u obstétricos y para firmar los consentimientos.

A su acompañante se le dará un mono quirúrgico para que se lo ponga sobre la ropa y lo use en el quirófano.

Durante el parto por cesárea

Anestesia

La mayoría de las cesáreas programadas se hacen con anestesia espinal o combinada espino-epidural. El medicamento en la columna vertebral tiene como objetivo hacer que el cuerpo se adormezca desde el pecho hasta las piernas. La cirugía no comenzará hasta que esas zonas estén adormecidas. Es normal sentir algo de presión y tirones durante la cesárea. Hágale saber al anestesista si siente dolor o molestias.

¿Cómo se administra la anestesia espinal?

Se le colocará un medicamento adormecedor en la espalda. Se pueden usar otros medicamentos, si es necesario, para que se sienta más cómoda. Es posible que sienta presión cuando se le administre el medicamento, pero no debe ser doloroso. Después de unos minutos, sus piernas comenzarán a sentirse entumecidas.

Estoy muy nerviosa por mi cesárea, ¿puedo estar dormida mientras me realizan la cesárea?

La anestesia espinal es más segura. La anestesia general, o estar dormida para su cesárea, tiene riesgos para las pacientes y los bebés y se reserva generalmente para emergencias.

¿Puede mi pareja quedarse conmigo durante la cesárea?

Una vez que su equipo de cuidados establezca que está cómoda con la anestesia, su acompañante será llevado al quirófano para estar con usted. En el caso improbable de que haya una emergencia, su acompañante deberá salir del quirófano para que el equipo de anestesia pueda concentrarse en cuidarla.

Catéter urinario

Después de la colocación de la anestesia, se la asistirá para que se coloque en la posición adecuada y se le colocará un catéter urinario para mantener la vejiga vacía durante la cirugía. La anestesia la adormecerá, por lo que no debería sentir molestias. El catéter permanecerá en su lugar durante 6 a 8 horas después de la cirugía.

Piel a piel

Una vez que el bebé nazca y tenga una rápida evaluación por parte del equipo de parto en el quirófano, aconsejamos el contacto piel a piel con su bebé. Puede comenzar el contacto piel a piel en el quirófano siempre que haya un miembro del personal dedicado que permanezca junto a usted para garantizar su seguridad y la del bebé. El contacto piel a piel es beneficioso para usted y su bebé, incluso si no está amamantando. Una vez fuera del quirófano, el bebé puede hacer contacto piel a piel con su pareja o su familia.

Información posoperatoria

Sala de recuperación

La duración media del tiempo en el quirófano es de unos 60 minutos. Una vez terminada la cirugía, se la llevará de nuevo a la sala de recuperación. Es probable que permanezca allí alrededor de 2 horas antes de ser trasladada al piso de posparto. En la sala de recuperación monitorearemos sus signos vitales, el nivel de dolor y la capacidad de moverse a medida que los efectos de la anestesia desaparecen.

Puede permanecer en contacto piel a piel con su bebé durante todo este proceso y, si está amamantando, podrá iniciar la alimentación en este momento. Si es necesario, una enfermera puede brindarle asistencia, ya que aún tendrá alguna limitación para moverse.

Pedimos a los visitantes que esperen para verla a usted y al bebé hasta que sea trasladada al piso de posparto. Es importante tener en cuenta que es posible que desee limitar las visitas en general, ya que acaba de tener una cirugía abdominal importante y necesitará tiempo para descansar, recuperarse y establecer un vínculo con su bebé.

Nutrición

Le recomendamos que empiece a masticar chicle inmediatamente después de la cirugía mientras esté en la sala de recuperación para ayudar a que sus intestinos vuelvan a moverse después de la cirugía. **Traiga su chicle favorito que no sea de menta.** También puede traer un caramelo duro, que no sea de menta, para chupar si no le gusta el chicle. Recomendamos los chicles que no sean de menta porque un alto contenido de menta puede disminuir el suministro de leche.

Puede comer y beber tan pronto como sienta que está lista después de la cirugía. Además de la goma de mascar, también le daremos medicamentos para ayudar a que sus intestinos se muevan y evitar la distensión abdominal.

Control del dolor

La anestesia espinal que recibirá en el momento de la cirugía seguirá proporcionando alivio del dolor durante aproximadamente 12 a 18 horas. Algunas personas pueden tener comezón o náuseas como resultado de la anestesia

espinal. Si tiene estos efectos secundarios, le proporcionaremos medicamentos para ayudar a tratarlos. No debería necesitar ningún medicamento narcótico por vía oral después del parto. Recibirá un medicamento no narcótico programado cada 6 horas después de la cirugía. Después de las primeras 18 horas puede pedir un medicamento narcótico si tiene un dolor significativo.

Después de una cirugía abdominal mayor, es normal sentir algunas molestias, especialmente al levantarse y salir de la cama. Nuestro objetivo es mantener el nivel de dolor entre 1 y 3 (de 10), si tiene un nivel de dolor de entre 4 y 6, es importante pedir medicamentos para el dolor. El objetivo es que el umbral de dolor nunca supere el 6.

Posparto

Actividad

Es útil comenzar a levantarse y moverse de forma gradual poco después de la cirugía.

Le hacemos las siguientes recomendaciones:

Siéntese en el borde de la cama dentro de las 4 horas después de la cirugía

Camine dentro de las 8 horas después de la cirugía

Camine cuatro veces al día después de la cirugía.

Se le retirará el catéter entre 6 y 8 horas después de la cirugía y luego caminará al baño con la ayuda de la enfermera. Es importante que le retiren el catéter lo antes posible para aumentar la movilidad y disminuir el riesgo de infecciones urinarias.

Durante las primeras dos semanas, le recomendamos que no levante nada más pesado que el bebé. Ha tenido una cirugía abdominal importante y su cuerpo necesita tiempo para sanar. También le recomendamos que evite las tareas domésticas pesadas o los movimientos rápidos. Puede comenzar a conducir después de dos semanas o antes si no está tomando ningún medicamento narcótico y siente que puede frenar rápidamente si es necesario.

Después de dos semanas, debe prestarle atención a su cuerpo y aumentar de forma gradual la actividad tanto como pueda. Le recomendamos que evite cualquier ejercicio extenuante hasta después de seis semanas después del parto.

Lactancia materna

Si elige amamantar, queremos apoyarla y ayudarla a tener éxito. Nuestro personal de enfermería se compromete a ayudarla a amamantar y también tenemos asesores de lactancia en el personal para ayudarla con cualquier desafío que pueda surgir.

Durante los primeros días después del parto, tiene una leche especial llamada calostro. El calostro es muy bueno para los bebés y ayuda a proteger su sistema inmunitario. La leche materna regular suele producirse alrededor de tres a cuatro días después del parto. Cuanto más amamante, más rápido se producirá la leche. Recomendamos amamantar a demanda al menos cada 3 horas hasta que el bebé recupere el peso que tenía al nacer. Las dos primeras semanas son muy importantes para establecer el suministro de leche. Recomendamos evitar la leche de fórmula en las dos primeras semanas, incluso si planea dar tanto leche materna como de fórmula más tarde. El equipo pediátrico del hospital hablará de esto con usted si hay una necesidad médica de leche de fórmula.

Recomendamos que "duerma en la misma habitación" para que sea más fácil la lactancia materna saludable y la vinculación de todos los pacientes. Esto significa mantener al bebé en la habitación con usted en todo momento, incluso por la noche si es posible. Esta es su oportunidad de aprender las señales de su bebé mientras tiene el personal de apoyo disponible para ayudarla si es necesario. Un acompañante de su elección puede quedarse con usted en su habitación de posparto para ayudarla con el bebé.

Seguimiento

Normalmente, permanecerá en el hospital entre tres y cuatro noches después de la cesárea. Si se encuentra bien, esperamos que se sienta lista para salir el tercer día después de la cirugía. Es posible que tenga que quedarse más tiempo si hay alguna complicación o problema.

Usted programará una cita de seguimiento con su partera o médico a las dos y seis semanas del posparto.

Si tiene alguna inquietud cuando llegue a casa, puede llamar al número del consultorio para que alguien responda a su pregunta a cualquier hora.

El número al que debe llamar es el siguiente: