



# Carlos Porras

Cirujano Cardiovascular

## **¿Por qué me tengo que operar?**

Cada caso se discute entre los cardiólogos y los cirujanos. Se aconseja la cirugía cuando otros tratamientos no son posibles o son peor solución. Aunque cada caso es distinto la cirugía se hace para que los pacientes vivan más años y sobre todo para que vivan mejor. En ocasiones hay que operar a pacientes sin síntomas y en estas ocasiones ésto se hace para evitar daños irreversibles en el corazón.

## **¿Qué riesgo tiene mi operación? ¿me puedo morir?**

Por desgracia toda operación tiene un riesgo. Afortunadamente en la mayor parte de las ocasiones este riesgo es muy pequeño, aunque nunca sea cero. Cada enfermedad, cada paciente y cada operación son distintos por lo que para cada caso en concreto el cirujano le dará una estimación de su riesgo individual. En cualquier caso, cuando se aconseja cirugía siempre es mayor el riesgo de no operarse.

## **¿Qué pasa después de la operación?**

Cuando despierte usted estará en la Unidad de Cuidados Intensivos. En esta Unidad estará en principio un par de días tras los cuales volverá a una habitación en la planta de hospitalización. Al principio probablemente notará tirantez o incluso dolor en la zona de las incisiones; para ello se le dará el tratamiento analgésico que sea preciso. También estará muy cansado pese a lo cual le insistirán en que se levante y se mueva cuanto antes. La mayor parte de los pacientes se van a casa antes de una semana de la operación. Pero no se preocupe: no se irá de alta hasta que esté en condiciones de hacerlo.

## **¿Cuánto tardaré en recuperarme de la operación?**

Cada paciente responde a la cirugía de forma diferente pero como regla general se tarda unas 6 u 8 semanas en estar completamente bien. Durante este tiempo es normal

- No tener apetito durante una semana o dos. Coma sólo si le apetece; comer no es importante. Eso sí, beba abundantes líquidos.

- Tener las piernas hinchadas, especialmente si tiene usted una herida en la pierna. Elevarlas le será útil.
- Tener dificultad para dormir. A veces ayuda tomar un calmante o una pastilla para dormir antes de acostarse.
- Tener cambios de humor y sentirse deprimido. No se angustie; esto también mejorará.
- Tener un poco elevada la parte alta de su herida o notar un clic o una sensación rara en el pecho. Irá a menos con el tiempo.
- Experimentar dolor o rigidez en los hombros y la espalda. El tiempo y los calmantes le ayudarán a aliviar estas molestias.

### **¿Qué cosas puedo hacer tras la operación?**

Una vez recuperado en principio podrá hacer una vida totalmente normal. Mientras tanto es importante que haga ejercicio físico de forma progresiva tal como se le indique en el postoperatorio. Caminar es una de las mejores formas de hacer ejercicio; camine a su propio paso, descansando cuando le sea preciso. También puede subir escaleras o cuestas.

Podrá ducharse en el hospital en cuanto le quiten las vías y la sonda. Debe evitar bañarse hasta que las heridas estén cicatrizadas completamente.

Salvo que su médico le diga lo contrario, puede volver a tener relaciones sexuales cuando se

sienta cómodo. Para mucha gente esto ocurre alrededor de 2 a 4 semanas tras el alta.

Puede ir en coche de pasajero desde el primer momento y conducir a partir de las 4 semanas. Evite montar en moto o bicicleta durante unas 6 semanas después de la cirugía. Cuando realice un viaje, tenga en cuenta que es bueno parar periódicamente para “estirar las piernas”.

Evite levantar pesos y empujar o tirar de nada de más de 4 o 5 kilos en unas 6 semanas tras la intervención.

Consúltelo con su cirujano, pero la mayor parte de los pacientes pueden volver al trabajo entre 6 y 12 semanas después de la intervención.

Si puede únase a un grupo de **Rehabilitación cardiaca** reglado. Le ayudarán a recuperarse y a “dejar de ser un enfermo” cuanto antes.