



## **TRASPLANTE DE RIÑÓN Y PÁNCREAS** **CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES DEL PACIENTE**

### **DÍA 0: DÍA DE LA CIRUGÍA**

**DÍA:** \_\_\_\_\_ **FECHA:** \_\_\_\_\_

#### **ACTIVIDADES PREVISTAS PARA HOY**

- **Despertará de la anestesia en la Unidad de Cuidados Postanestésicos (PACU) o en la Unidad de Cuidados Intensivos (ICU) para trasplantes, donde las enfermeras que lo atienden observarán de cerca su estado.**
- **Hoy no podrá comer, pero recibirá líquidos y medicamentos por vía intravenosa (IV).**
- **Notará que se le han colocado diversas sondas y catéteres.**
- **Le extraeremos sangre para realizar pruebas de laboratorio.**
- **Mediremos el nivel de azúcar en la sangre cada hora.**
- **El especialista en terapia respiratoria o la enfermera le darán palmadas sobre la espalda con regularidad y le pedirán que tosa, respire profundamente y use un espirómetro incentivador.**
- **Se le colocarán botas especiales para ayudar a prevenir la formación de coágulos sanguíneos en las piernas.**

#### **HOY LO AYUDAREMOS CON LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES**

- Lo viraremos y acomodaremos en la cama. Deberá realizar ejercicios que lo estimulen a toser y a respirar profundamente, y también deberá utilizar el espirómetro incentivador.**
- Si siente dolor, informe a la enfermera inmediatamente.**

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN. ¡QUE DESCANSE!**



## DÍA 1 DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

DÍA: \_\_\_\_\_ FECHA: \_\_\_\_\_

### **ACTIVIDADES PREVISTAS PARA HOY**

- Seré observado en la Unidad de Cuidados Intensivos (ICU) para trasplantes.
- Comenzaré a recibir medicina para el dolor por vía intravenosa. Si continúa sintiendo dolor, informe a la enfermera inmediatamente.
- Tendrá diversas sondas, catéteres y vías intravenosas, que se retirarán en los próximos días.
- Hoy no podrá comer, pero recibirá líquidos y medicamentos por vía intravenosa.
- Le extraeremos sangre para realizar pruebas de laboratorio.
- Mediremos el nivel de azúcar en la sangre cada hora.
- Se le realizará un ultrasonido del riñón y páncreas trasplantados.
- Le cambiaremos el vendaje.
- Lo ayudaremos a levantarse de la cama y a sentarse en una silla. Es muy importante que colabore en estas actividades.
- El especialista en terapia respiratoria o la enfermera le darán palmadas sobre la espalda con regularidad y le pedirán que tosa, respire profundamente y use el espirómetro incentivador.
- Recibirá un paquete con información sobre la planificación del alta hospitalaria para pacientes.
- Se le colocarán botas especiales para ayudar a prevenir la formación de coágulos sanguíneos en las piernas.
- Un trabajador social se reunirá con su familia para hablar acerca de la necesidad de realizar observaciones después del alta.

### **HOY LO AYUDAREMOS CON LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES**

Comience a leer la información que se encuentra en el paquete de información para pacientes. Lea la sección sobre sistema inmunológico y rechazo.



## **EN LA MAÑANA**

- Siéntese en la cama. Realice los ejercicios para toser y respirar profundamente que la enfermera le indique.
- Use el espirómetro incentivador por lo menos diez veces por hora mientras esté despierto. ¿Qué altura alcanzó el espirómetro incentivador esta vez? \_\_\_\_\_
- Pregunte a la enfermera acerca de su programa para manejar el dolor.

## **EN LA TARDE**

- La enfermera lo ayudará a sentarse en una silla. Si se siente capaz, también lo ayudará a caminar un poco.
- Use el espirómetro incentivador por lo menos diez veces por hora mientras esté despierto.
- Después de usar el espirómetro incentivador, realice los ejercicios para toser y respirar profundamente.

## **EN LA TARDE O EN LA NOCHE**

- Lo ayudaremos a sentarse en una silla. Si siente dolor, informe a la enfermera.
- Use su espirómetro incentivador por lo menos diez veces por hora mientras esté despierto. ¿Qué altura alcanzó el espirómetro incentivador esta vez? \_\_\_\_\_. A continuación, realice los ejercicios para toser y respirar profundamente.
- Lo pesaremos.
- El personal de enfermería estará disponible para responder a todas sus preguntas.
- Si necesita algo, comuníquese al personal.

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN. ¡QUE DESCANSE!**



## DÍA 2 DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

DÍA: \_\_\_\_\_ FECHA: \_\_\_\_\_

### ACTIVIDADES PREVISTAS PARA HOY

- Todavía no podrá comer. Continuará recibiendo su medicación y líquidos por vía intravenosa.
- Seguirá teniendo varias sondas, catéteres y vías intravenosas. Posiblemente algunos puedan retirársele hoy.
- Mediremos el nivel de azúcar en la sangre cada 2 horas.
- Se le realizarán análisis de sangre y radiografías de tórax.
- Le cambiaremos el vendaje.
- Lo ayudaremos a levantarse de la cama y a sentarse en una silla.
- Lo visitará un fisioterapeuta, quien le mostrará otros ejercicios para ayudarlo a recuperar su fuerza. La enfermera también colaborará con esto.
- La enfermera le pedirá que permanezca fuera de cama por períodos de tiempo más prolongados. Esto es muy importante para su recuperación. Esperamos que participe en estas actividades.
- El trabajador social que le ha sido asignado continuará hablando con su familia acerca de los cuidados que necesita después del alta. Pida a su enfermera que contacte al trabajador social.

### HOY LO AYUDAREMOS CON LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES

Comience a leer el paquete educativo. Lea la sección sobre medicamentos para informarse más acerca de ellos.

### EN LA MAÑANA

- Es importante que nos comunique cuando haya evacuado normalmente. Informe a la enfermera si su intestino comienza a hacer ruidos o a despedir gases.
- Use el espirómetro incentivador por lo menos diez veces por hora mientras esté despierto. ¿Qué altura alcanzó el espirómetro incentivador esta vez? \_\_\_\_\_
- Continúe realizando los ejercicios de respiración (toser y respirar profundamente).
- Lea la sección del paquete sobre MEDICAMENTOS. La enfermera le hablará de todos los medicamentos que usted esté tomando.



## **EN LA TARDE**

- Siéntese en una silla.
- Si siente dolor, avísele a la enfermera para que se le administre medicina para el dolor.
- Use el espirómetro incentivador por lo menos diez veces por hora mientras esté despierto.
- Cuando no esté en la cama, ejercite marchando en el mismo lugar.
- Comience a aumentar su actividad física de acuerdo con lo que le indique la enfermera. Intente caminar dentro de la unidad con la ayuda de la enfermera o del fisioterapeuta.
- ¿Sabe cuándo le darán el alta? \_\_\_\_\_.

## **EN LA TARDE O EN LA NOCHE**

- Siéntese en una silla.
- Use el espirómetro incentivador por lo menos diez veces por hora mientras esté despierto. ¿Qué altura alcanzó el espirómetro incentivador esta vez? \_\_\_\_\_
- Lo pesaremos.
- Siga informándose acerca de su medicación. ¿Conoce los nombres de los medicamentos y la frecuencia con que debe tomarlos?
- Asegúrese de que su familia lea el paquete de información para la planificación del alta hospitalaria.
- El personal de enfermería estará disponible para ayudarlo y para responder a todas sus preguntas e inquietudes.

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN. ¡QUE DESCANSE!**



## DÍA 3 DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

DÍA: \_\_\_\_\_ FECHA: \_\_\_\_\_

### ACTIVIDADES PREVISTAS PARA HOY

- Es posible que hoy sea trasladado de la Unidad de Cuidados Intensivos (ICU) a la Unidad de Cuidados Postoperatorios (POU).
- Le extraeremos sangre por la mañana y por la noche para realizar pruebas de laboratorio.
- Quizás hoy le retiren la sonda que tiene en la nariz. Si se retira esta sonda y usted está eliminando gases, podrá tomar sorbos de agua.
- Tal vez hoy le retiren la sonda que tiene en la vejiga. Una vez retirada dicha sonda, es posible que sienta necesidad de orinar con más frecuencia. Es normal que sienta esto.
- Mediremos el nivel de azúcar en la sangre cada 4 horas.
- Se reemplazará la medicina para el dolor de vía intravenosa por píldoras.
- Le cambiaremos el vendaje que cubre la incisión.
- La enfermera le pedirá que permanezca fuera de cama por períodos de tiempo más prolongados. Esto es muy importante para su recuperación. Continúe caminando dentro de la unidad.
- Se espera que lea el paquete de información acerca del alta hospitalaria y la medicación.
- La enfermera le dará instrucciones sobre cómo tomarse la temperatura y la presión arterial.
- El trabajador social que le ha sido asignado continuará hablando con su familia acerca de los cuidados que necesita después del alta. Siéntase con total libertad para hablar acerca de cualquier problema que pueda surgir.

### HOY LO AYUDAREMOS CON LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES

Lea la información sobre medicamentos que se encuentra en el paquete de información acerca del alta hospitalaria. Si tiene dudas o inquietudes acerca de los medicamentos, podrá consultar a un farmacéutico, quien se



encuentra a su disposición para contestar preguntas sobre los medicamentos. La enfermera le hará preguntas acerca de ellos. Lea la información sobre sistema inmunológico y rechazo.

## EN LA MAÑANA

- Siéntese en la silla y proceda a asearse.
- Puede tomar líquidos claros en el desayuno.
- Si siente dolor, informe a la enfermera.
- Use el espirómetro incentivador por lo menos diez veces por hora mientras esté despierto. ¿Qué altura alcanzó el espirómetro incentivador esta vez? \_\_\_\_\_
- Continúe realizando los ejercicios respiratorios (toser y respirar profundamente) y, cuando esté en la cama, gire de un lado al otro. Recuerde que estas actividades son muy importantes para su recuperación.
- Camine con la ayuda de alguien por el pasillo que está a la salida de la unidad. ¿Puede caminar un poco más de lo que caminó ayer?
- Lea la sección sobre SISTEMA INMUNOLÓGICO y RECHAZO del paquete de información acerca del alta hospitalaria.
- No descarte la orina. El personal de enfermería la medirá.

## EN LA TARDE

- Para almorzar, siéntese en una silla. Mientras más tiempo permanezca fuera de cama, más rápido se recuperará. De este modo, mejorará el funcionamiento de los pulmones y la circulación.
- Use el espirómetro incentivador por lo menos diez veces por hora mientras esté despierto.
- Camine por el pasillo con la ayuda de familiares, amigos o un miembro del personal de enfermería.
- La enfermera le hará preguntas acerca de los medicamentos que usted está tomando para evitar el rechazo al trasplante. ¿Puede nombrar los medicamentos que está tomando para evitar el rechazo?
- Vuelva a leer la información acerca del rechazo. ¿Cuáles son los signos y síntomas del rechazo?



## **EN LA TARDE O EN LA NOCHE**

- Siéntese en una silla y cene.
- Lo pesaremos.
- Camine por el pasillo con la ayuda de alguna persona. ¿Cuánto caminó hoy? \_\_\_\_\_
- Continúe usando el espirómetro incentivador diez veces por hora. Luego tosa y respire profundamente.
- Lea el folleto acerca del alta hospitalaria. ¿Qué preguntas tiene acerca de sus medicamentos? Escriba las preguntas para que se acuerde de hacérselas a alguien.
- El personal de enfermería estará disponible para ayudarlo y para responder a todas sus preguntas.

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN. ¡QUE DESCANSE!**



## DÍA 4 DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

DÍA: \_\_\_\_\_ FECHA: \_\_\_\_\_

### ACTIVIDADES PREVISTAS PARA HOY

- Es posible que hoy se lo traslade a una habitación regular.
- Se le continuará extrayendo sangre por la mañana y por la noche para realizar pruebas de laboratorio.
- Hoy se le retirará la sonda de la vejiga (si no se le retiró ayer).
- Si está eliminando gases o ha efectuado una evacuación, ya puede alimentarse normalmente.
- Mediremos el nivel de azúcar en la sangre cada 4 horas.
- Se suspenderá la administración de líquidos por vía intravenosa. Se mantendrá la vía intravenosa pero sólo con un tubo pequeño para introducir pequeñas dosis de heparina según sea necesario.
- Se le cambiará el vendaje.
- La enfermera repasará con usted las instrucciones sobre cómo tomarse la temperatura y la presión arterial.
- Podrá coordinar el alta hospitalaria con el trabajador social, el coordinador de trasplantes y las enfermeras que lo atienden.
- Todas las inquietudes y problemas relacionados con el alta hospitalaria deben ser planteados en este momento.

### ACTIVIDADES QUE DEBERÁ HACER HOY

Lea la sección sobre infecciones que se encuentra en el paquete de información acerca del alta hospitalaria. Tome su presión arterial y temperatura bajo la supervisión de la enfermera.

### EN LA MAÑANA

- Proceda a asearse. Avise a la enfermera cada vez que efectúe una evacuación.
- Pregunte a los médicos que lo atienden si volverá a su casa dentro de 3 días.
- Para desayunar, siéntese en una silla.
- Si siente dolor, informe a la enfermera inmediatamente.
- Use el espirómetro incentivador diez veces por hora mientras esté despierto. ¿Qué altura alcanzó el espirómetro incentivador? \_\_\_\_\_



## Patient Information and Education School of Medicine and Hospitals Center

Además, continúe con los ejercicios para toser y respirar profundamente.

- Camine. Intente aumentar su actividad física.
- No descarte su orina para que pueda ser medida.
- Siga leyendo el folleto acerca del alta hospitalaria. Lea la sección sobre infecciones.

### EN LA TARDE

- Siéntese en una silla y almuerce. Cuanto mejor se alimente, más rápida será su recuperación.
- Use el espirómetro incentivador diez veces por hora.
- Camine por el pasillo con sus familiares o amigos, o salga al solárium para cambiar de ambiente.
- Haga una lista con los nombres de los medicamentos contra infecciones que está tomando. Avise a la enfermera, en caso de que desee hablar con un farmacéutico acerca de ellos.
- ¿Cuáles son los signos y síntomas de una infección? ¿Qué debe hacer en caso de que su temperatura suba a 101°F?
- Mire el video sobre trasplantes en el canal educativo del hospital. ¿Puede responder a las preguntas que se encuentran en el paquete educativo?
- Comience a pensar acerca de las necesidades que tendrá en su hogar después del alta hospitalaria. Hable con la enfermera, el trabajador social o el coordinador de trasplantes acerca de estas inquietudes.

### EN LA TARDE O EN LA NOCHE

- Continúe usando el espirómetro incentivador diez veces por hora.
- Esta noche lo pesarán.
- Camine por el pasillo.
- Siéntese en una silla y cene.
- Hable con sus familiares o amigos acerca de los arreglos pertinentes para el transporte el día que lo den de alta.
- Practique tomarse la presión arterial y la temperatura.
- El personal de enfermería estará disponible para ayudarlo y responder a todas sus preguntas.

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN. ¡QUE DESCANSE!**



## DÍA 5 DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

DÍA: \_\_\_\_\_ FECHA: \_\_\_\_\_

### ACTIVIDADES PREVISTAS PARA HOY

- Le extraeremos sangre por la mañana y por la noche para realizar pruebas de laboratorio.
- Mediremos el nivel de azúcar en la sangre cada 4 horas.
- Si aún no lo ha hecho, hoy podrá alimentarse normalmente.
- Se le cambiará el vendaje.
- Pregunte a su médico si puede darse una ducha con la ayuda de alguna persona.
- Continúe incrementando el nivel de actividad física.
- Si todavía no lo ha hecho, puede reunirse con un nutricionista para hablar acerca de su dieta.
- Continuaremos con la planificación del alta.

### ACTIVIDADES QUE DEBERÁ HACER HOY

Asegúrese de recordar los nombres, las dosis y los efectos secundarios de los medicamentos que está tomando.

### EN LA MAÑANA

- Siéntese en una silla y desayune. Mientras más tiempo permanezca fuera de cama, más rápido se recuperará.
- Use el espirómetro incentivador diez veces por hora.
- Si siente dolor, informe a la enfermera inmediatamente.
- Usted debe ser capaz de:
  - Identificar los nombres, las dosis, el propósito y los efectos secundarios de los medicamentos.
  - Identificar los signos y síntomas de rechazo al trasplante y saber cómo proceder en caso de que se presente alguno de ellos.
  - Tomar su presión arterial y temperatura.
  - Saber en qué circunstancias debe llamar al equipo de trasplantes.



## Patient Information and Education School of Medicine and Hospitals Center

- Continúe realizando los arreglos pertinentes para el momento en que pueda regresar a su hogar. Escriba cualquier pregunta que usted o su familia deseen formular.
- Pregunte a la enfermera si puede darse una ducha (si no lo ha hecho aún). Si la enfermera no lo autoriza, vaya a asearse en el baño.
- ¿Conoce los signos y síntomas de rechazo al trasplante? Si no los conoce, vuelva a leer la sección del paquete educativo que hace referencia a ese tema.

### EN LA TARDE

- Siéntese en una silla y almuerce. Cuanto mejor coma, más rápida será su recuperación.
- Pida a sus familiares que lleven a su casa la mayor parte de sus pertenencias.
- ¿Sabe cuáles son los medicamentos que deberá tomar una vez que esté en su hogar?
- Confirme el traslado a su casa. Haga los arreglos pertinentes para recibir el alta hospitalaria temprano por la mañana.
- Si desea tomarse la presión arterial y la temperatura, hágalo bajo la supervisión de la enfermera a fin de que se sienta cómodo cuando deba hacerlo en su casa. ¿Sabe bajo qué circunstancias debe llamar al equipo de trasplantes?

### EN LA TARDE O EN LA NOCHE

- Siéntese en una silla y cene.
- En la noche, lo pesaremos.
- Use el espirómetro incentivador diez veces por hora.
- No se olvide de su paseo nocturno por el pasillo. No importa cuán cansado se sienta, el caminar lo ayudará a recuperarse.
- Escriba cualquier pregunta que desee hacerle al médico o a la enfermera.
- Mire nuevamente el video sobre trasplantes en el canal educativo del hospital. ¿Completó el Formulario de alerta médica?
- El personal de enfermería hará rondas. Si necesita algo, no dude en solicitarlo.

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN. ¡QUE DESCANSE!**



## **DÍA 6: DÍA DEL ALTA HOSPITALARIA**

**DÍA:** \_\_\_\_\_ **FECHA:** \_\_\_\_\_

### **ACTIVIDADES PREVISTAS PARA HOY**

- **Se le realizarán análisis de sangre por la mañana.**
- **Continúe incrementando gradualmente su nivel de actividad física.**
- **No deje de utilizar el espirómetro incentivador.**
- **Se suspenderá la administración de heparina por vía intravenosa.**
- **El trabajador social revisará con usted y su familia el plan de alta hospitalaria, las remisiones a especialistas y el seguimiento.**
- **Le darán el alta.**

### **ACTIVIDADES QUE DEBERÁ HACER HOY**

#### **EN LA MAÑANA**

- Tome una ducha o aséese.
- Siéntese en una silla y desayune.
- Revise el plan de alta hospitalaria con la enfermera y fírmelo. Haga todas las preguntas que desee.
- Recibirá el alta hospitalaria después de que los médicos que lo atienden hablen con usted acerca de los resultados de los análisis de sangre.
- Asegúrese de tener la suficiente cantidad de medicamentos para llevar a su casa.
- Averigüe cuándo debe regresar para una visita de seguimiento.
- Asegúrese de tener un horario actualizado de su medicación y el número telefónico de su agencia de atención médica domiciliaria.
- Verifique que sepa cuándo obtener los medicamentos que necesita y a quién llamar en caso de emergencia.

**¡LE DESEAMOS UNA PRONTA RECUPERACIÓN!**