



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

# Información sobre la salpingoovariectomía bilateral

Esta guía le ayudará a prepararse para la salpingoovariectomía bilateral que se le hará en Memorial Sloan Kettering (MSK). También le ayudará a entender qué esperar durante su recuperación.

Use esta guía como fuente de información en los días previos a su cirugía. Tráigala con usted cada vez que venga a MSK, incluso el día de su cirugía. Usted y su equipo de atención médica la consultarán durante toda su atención.

## Información sobre la cirugía

### Información sobre el aparato reproductor

El aparato reproductor se encuentra en la parte inferior del abdomen (vientre). Está formado por:

- Ovarios
- Trompas de Falopio
- Útero
- Cuello uterino
- Vagina

El útero está ubicado entre la vejiga y el recto. El extremo inferior estrecho del útero se denomina cuello uterino. Las trompas de Falopio y los ovarios están conectados al útero.

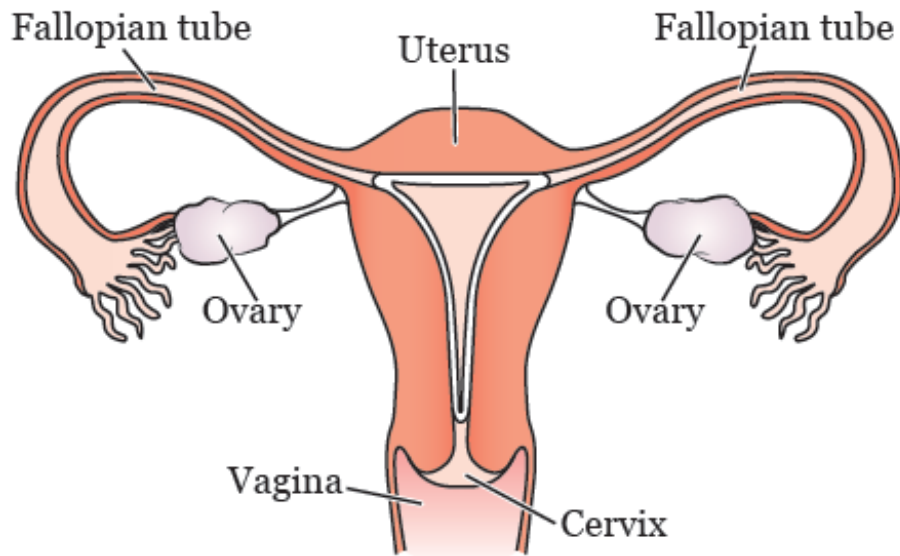


Figura 1. El aparato reproductor femenino

## Información sobre la salpingoovariectomía bilateral

La salpingoovariectomía bilateral es una cirugía que se hace para extirpar ambas trompas de Falopio y ambos ovarios. Es posible que se someta a esta cirugía porque tiene un quiste en los ovarios o tiene alto riesgo de padecer cáncer de ovario. Su proveedor de cuidados de la salud hablará con usted sobre el motivo de la cirugía.

Después de su cirugía, dejará de menstruar (tener el período). Es posible que comience a tener los síntomas normales de la menopausia, como los sudores nocturnos, los sofocos y la sequedad vaginal. Si está transitando la menopausia o si ya ha pasado por ella, es posible que siga sintiendo alguno de estos síntomas. Hable con su proveedor de cuidados de la salud sobre cómo controlarlos.

Además, después de su cirugía usted será infértil (no podrá tener hijos biológicos). Si desea tener hijos biológicos en el futuro, pídale al proveedor de cuidados de la salud que la derive a un especialista en fertilidad. Para obtener más información, lea el recurso *Conservación de la fertilidad: opciones para mujeres que están empezando un tratamiento contra el cáncer* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/fertility-preservation-females-starting-treatment](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/fertility-preservation-females-starting-treatment)).

La cirugía que se le hará se llama:

- Salpingoovariectomía bilateral laparoscópica

- Salpingoovariectomía bilateral laparoscópica robótica
- Dilatación y curetaje

## **Salpingoovariectomía bilateral laparoscópica o salpingoovariectomía bilateral laparoscópica robótica**

Se someterá a una salpingoovariectomía laparoscópica, o bien a una salpingoovariectomía laparoscópica robótica.

En ambos tipos de salpingoovariectomía, el cirujano le hará una pequeña incisión (un corte quirúrgico) en el abdomen. Se le bombeará gas (dióxido de carbono) hacia el interior del abdomen para hacer espacio. Esto le dará el cirujano más espacio para hacer la cirugía.

Después, el cirujano le hará varias incisiones pequeñas más en el abdomen. Introducirá una cámara de video larga y delgada, así como instrumentos quirúrgicos, a través de esas incisiones. Un extremo estará en el abdomen y el otro extremo estará fuera del cuerpo.

Si le hacen una cirugía laparoscópica, su proveedor de cuidados de la salud controlará la cámara de video y los instrumentos quirúrgicos con las manos. Si le hacen una cirugía laparoscópica robótica, el cirujano usará un robot para controlar la cámara y los instrumentos.

El cirujano le extirpará los ovarios a través de una de las pequeñas incisiones, si es posible. Si los ovarios son demasiado grandes como para pasar por la abertura, el cirujano agrandará una de las incisiones para que los ovarios pueden pasar.

### **Dilatación y curetaje (D y C)**

Es posible que le hagan una dilatación y un legrado (D&C) después de la salpingoovariectomía. Este procedimiento le permite a su cirujano fijarse si hay células anormales en el útero.

Durante la dilatación y el legrado, el cuello uterino se dilata (se abre) levemente. Su cirujano le colocará una herramienta que se llama cucharilla a través del cuello uterino y hacia el interior del útero. La usará para extraer una pequeña cantidad

de tejido del interior del útero.

También es posible que el cirujano desee examinar el tejido que recubre el interior del útero para ver si hay algo que tenga un aspecto anormal. A esto se le llama histeroscopia. Durante la histeroscopia, el cirujano inserta una cámara de video delgada y larga a través del cuello uterino y hacia el interior del útero para examinar la zona.

## Antes de su cirugía

La información que se ofrece en esta sección le ayudará a prepararse para su cirugía. Lea esta sección cuando se le programe la cirugía y consúltela a medida que la fecha de la cirugía se aproxime. Aquí se incluye información importante acerca de lo que debe hacer antes de su cirugía.

Mientras lee esta sección, anote las preguntas que desee hacerle a su proveedor de cuidados de la salud.

## Preparación para su cirugía

Usted y su equipo de atención médica trabajarán juntos para prepararse para la cirugía.

Para ayudarnos a mantener su seguridad durante su cirugía, díganos si algo de lo que se indica a continuación corresponde a su caso, incluso si no lo sabe con certeza:

- Tomo un medicamento anticoagulante, como:
  - Aspirin
  - Heparin
  - Warfarin (Jantoven® o Coumadin®)
  - Clopidogrel (Plavix®)
  - Enoxaparin (Lovenox®)
  - Dabigatran (Pradaxa®)

- Apixaban (Eliquis®)
- Rivaroxaban (Xarelto®)

También hay otros, así que es importante que su proveedor de cuidados de la salud esté al tanto de todos los medicamentos que usted tome.

- Tomo medicamentos que se obtienen con receta de un proveedor de cuidados de la salud, incluso parches y cremas.
- Tomo medicamentos sin receta (medicamentos que pueden comprarse aunque no tenga la receta del médico), incluso parches y cremas.
- Tomo suplementos alimenticios, como hierbas, vitaminas, minerales o remedios naturales o caseros.
- Tengo un marcapasos, un desfibrilador cardioversor implantable automático (AICD) u otro aparato para el corazón.
- Tengo apnea del sueño.
- En el pasado he tenido problemas con la anestesia (el medicamento que me pone a dormir durante la cirugía).
- Soy alérgico a ciertos medicamentos o materiales, entre ellos el látex.
- No estoy dispuesto a recibir una transfusión de sangre.
- Tomo bebidas alcohólicas.
- Fumo o uso un dispositivo electrónico (como un vapeador, un cigarrillo electrónico o Juul®).
- Consumo drogas recreativas.

## **El consumo de alcohol**

La cantidad de alcohol que consume podría tener un efecto en usted durante y después de su cirugía. Es importante que hable con su proveedor de cuidados de la salud en cuanto a la cantidad de alcohol que beba. Esto nos ayudará a planificar su atención.

- Dejar de consumir alcohol de forma repentina puede causar convulsiones, delirio y la muerte. Si se nos pone al tanto de que usted está en riesgo de sufrir

esas complicaciones, podemos recetarle medicamentos que ayudan a prevenirlas.

- Si usted bebe alcohol de forma regular, podría correr el riesgo de sufrir otras complicaciones durante y después de su cirugía. Entre ellas se encuentran: hemorragias, infecciones, problemas cardíacos y una hospitalización más prolongada.

Las siguientes son cosas que puede hacer para prevenir problemas antes de su cirugía:

- Sea franco con el proveedor de cuidados de la salud en cuanto a la cantidad de alcohol que consuma.
- Intente dejar de consumir alcohol en cuanto se planee la cirugía. Si llega a sufrir dolores de cabeza, náuseas (sensación como que quiere vomitar), más ansiedad, o no puede dormir después de dejar el alcohol, dígaselo a su médico a la brevedad posible. Todos ellos son los primeros síntomas del síndrome de abstinencia, el cual se puede tratar.
- Si no puede dejar de beber, dígaselo a su proveedor de cuidados de la salud.
- Haga preguntas a su proveedor de cuidados de la salud sobre la bebida y la cirugía. Como siempre, toda su información médica se mantendrá de manera confidencial.

## **Acerca del fumar**

Las personas que fuman pueden llegar a sufrir problemas respiratorios si se les practica una cirugía. El hecho de dejar de fumar, aunque sea por algunos días antes de la cirugía, podría ser de utilidad. Si fuma, su proveedor de cuidados de la salud le derivará al Programa de Tratamiento del Tabaquismo. También puede llamar al programa al 212-610-0507.

## **La apnea del sueño**

La apnea del sueño es un trastorno respiratorio común que causa que la persona deje de respirar por ratos mientras duerme. El tipo más común es la apnea obstructiva del sueño (OSA), Con la OSA, las vías respiratorias se bloquean por completo mientras duerme. Este tipo de apnea puede causar problemas graves

durante y después de la cirugía.

Le rogamos que nos haga saber si tiene apnea del sueño o si cree que podría tenerla. Si utiliza un respirador (como un CPAP, dispositivo de presión positiva continua de las vías respiratorias) para la apnea del sueño, llévelo con usted el día de su cirugía.

## Uso de MyMSK

MyMSK ([my.mskcc.org](http://my.mskcc.org)) es su cuenta del portal para pacientes de MSK. Por medio de MyMSK puede enviar y recibir mensajes de su equipo de atención médica, ver los resultados de sus exámenes, ver las fechas y horarios de sus citas y mucho más. También puede invitar a su cuidador a que cree su propia cuenta, para que pueda ver información sobre su atención.

Si no tiene una cuenta MyMSK, puede ingresar a [my.mskcc.org](http://my.mskcc.org), llamar al 646-227-2593 o llamar al consultorio de su médico para obtener una ID de inscripción y registrarse. También puede ver nuestro video *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-enroll-mymask-patient-portal](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-enroll-mymask-patient-portal)). Para obtener ayuda, comuníquese con el servicio de ayuda de MyMSK enviando un correo electrónico a [mymask@mskcc.org](mailto:mymask@mskcc.org) o llamando al 800-248-0593.

## Dentro de los 30 días después de su cirugía

### Pruebas prequirúrgicas (PST)

Antes de su cirugía, acudirá a una cita para que se le hagan pruebas prequirúrgicas (PST). La fecha, la hora y el lugar se indicarán en el recordatorio de la cita que reciba del consultorio del cirujano. Es de utilidad que lleve lo siguiente a su consulta prequirúrgica:

- Una lista de todos los medicamentos que tome, incluso los que adquiera con y sin receta, así como parches y cremas que use.
- Resultados de cualquier prueba que se le haya hecho en otro lado que no sea MSK, tales como pruebas de esfuerzo cardíaco, ecocardiogramas o estudios Doppler carótidos.
- El nombre y número de teléfono de sus proveedores de cuidados de la salud.

El día de la cita puede comer y tomar sus medicamentos como acostumbre.

Durante su consulta prequirúrgica, se reunirá con un enfermero practicante (NP). Los NP trabajan de cerca con el personal de anestesiología (proveedores de cuidados de la salud especializados que le administrarán anestesia durante su cirugía). El NP repasará con usted su historial médico y quirúrgico. Es posible que se le hagan exámenes, por ejemplo, un electrocardiograma (ECG) para ver su ritmo cardíaco, una radiografía de tórax, análisis de sangre y otras pruebas necesarias para elaborar su plan de atención. El NP también podría recomendarle que vea a otros proveedores de cuidados de la salud.

El NP hablará con usted sobre los medicamentos que deberá tomar la mañana de su cirugía.

## **Elija a su cuidador**

El cuidador desempeña una función importante en su atención. Antes de su cirugía, sus proveedores de cuidados de la salud les brindarán información sobre su cirugía a usted y a su cuidador. Después de su cirugía, su cuidador le llevará a casa cuando reciba el alta del hospital. También le ayudará a cuidarse a usted mismo en casa.

## **Para los cuidadores**



Existen recursos y apoyo disponibles para ayudarle a manejar las responsabilidades propias del cuidado de una persona que recibe tratamiento contra el cáncer. Para obtener recursos de apoyo e información, visite [www.mskcc.org/caregivers](http://www.mskcc.org/caregivers) o lea *Guía para cuidadores* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/guide-caregivers)

[education/guide-caregivers](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/guide-caregivers)).

## **Llene un formulario Health Care Proxy**

Si aún no ha llenado el formulario Health Care Proxy, le recomendamos que lo haga ahora. Si ya ha llenado uno o si tiene más indicaciones para darnos por adelantado, hágalo en su próxima cita.

Un formulario Health Care Proxy es un documento legal en el que se señala a la



persona que hablará en su representación, si es que usted no está en condiciones para comunicarse. La persona que usted señale será su agente de atención médica.

Hable con su proveedor de cuidados de la salud si está interesado en completar un formulario Health Care Proxy. También puede leer los recursos *Planificación anticipada de la atención médica* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/advance-care-planning](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)) y *Cómo ser un agente de atención médica* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent)) para obtener información acerca de los formularios Health Care Proxy, otras directivas anticipadas y la función de ser agente de atención médica.

## **Haga ejercicios de respirar y toser**

Antes de su cirugía, practique el respiro profundo y toser. Su proveedor de cuidados de la salud le dará un espirómetro de incentivo para ayudar a expandir los pulmones. Para obtener más información, lea el recurso *Cómo utilizar el espirómetro de incentivo* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)).

## **Ejercicio**

Trate de hacer ejercicio aeróbico a diario. El ejercicio aeróbico es cualquier ejercicio que hace que su corazón lata más rápido, como caminar, nadar o andar en bicicleta. Si es época de frío, suba y baje las escaleras en casa o vaya a un centro comercial o a un mercado. El ejercicio ayuda a que el cuerpo se encuentre en mejores condiciones para la cirugía y a que se recupere con más rapidez y facilidad.

## **Lleve una dieta sana**

Lleve una dieta bien balanceada y saludable antes de su cirugía. Si necesita ayuda con su dieta, hable con el proveedor de cuidados de la salud sobre tener una entrevista con un nutricionista dietista clínico.

## **Compre un limpiador dérmico antiséptico que sea una solución de gluconato de clorhexidina al 4 % (como Hibiclens®)**

La solución de gluconato de clorhexidina al 4 % es un limpiador dérmico que mata

los gérmenes durante 24 horas después de usarlo. Ducharse con este limpiador antes de su cirugía ayudará a reducir el riesgo de infección después de la cirugía. Puede comprar un limpiador dérmico antiséptico que sea una solución de gluconato de clorhexidina al 4 % en su farmacia local sin receta.

## 7 días antes de su cirugía

### **Siga las instrucciones de su proveedor de cuidados de la salud cuando tome aspirin**

Si toma aspirin o un medicamento que contiene aspirin, es posible que deba cambiar su dosis o dejar de tomarlo 7 días antes de su cirugía. La aspirin puede causar hemorragia.

Siga las instrucciones de su proveedor de cuidados de la salud. **No deje de tomar aspirin a menos que su proveedor se lo indique.** Para obtener más información, lea el recurso *Medicamentos comunes que contienen aspirin, otros medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (NSAID) o vitamina E* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)).

### **Deje de tomar vitamina E, multivitamínicos, remedios herbales y otros suplementos alimenticios**

Deje de tomar vitamina E, multivitamínicos, remedios herbales o cualquier otro suplemento alimenticio 7 días antes de su cirugía, porque le pueden causar hemorragia. Para obtener más información, lea el recurso *Los remedios herbales y el tratamiento contra el cáncer* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)).

## 2 días antes de su cirugía

### **Deje de tomar medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (NSAID)**

Deje de tomar NSAID como ibuprofen (Advil® y Motrin®) y naproxen (Aleve®), 2 días antes de su cirugía. Esos medicamentos pueden causar hemorragia. Para obtener más información, lea el recurso *Medicamentos comunes que contienen aspirin, otros medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (NSAID) o vitamina E* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/common-medications-)

[containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids](#)).

## **Un día antes de su cirugía**

### **Anote la hora de su cirugía**

Un empleado de la Oficina de Admisión (Admitting Office) le llamará después de las 2:00 PM el día antes de su cirugía. Si su cirugía está programada para un lunes, entonces se le llamará el viernes anterior. Si no recibe una llamada a más tardar a las 7:00 PM, llame al 212-639-5014.

El integrante del personal le dirá a qué hora debe llegar al hospital para su cirugía. También le recordará a dónde ir.

### **Dúchese con un limpiador dérmico antiséptico que sea una solución de gluconato de clorhexidina al 4 % (como Hibiclens)**

La noche antes de su cirugía, dúchese con un limpiador dérmico antiséptico que sea una solución de gluconato de clorhexidina al 4 %.

1. Use su champú normal para lavarse el cabello. Enjuáguese bien la cabeza.
2. Use su jabón normal para lavarse el rostro y la zona genital. Enjuáguese bien el cuerpo con agua tibia.
3. Abra el frasco de solución de gluconato de clorhexidina al 4 %. Viértase un poco de solución en la mano o en un paño limpio.
4. Apártese de la ducha. Frótese suavemente la solución de gluconato de clorhexidina al 4 % por el cuerpo, desde el cuello hasta los pies. No se la ponga ni en el rostro ni en la zona genital.
5. Vuelva a ponerse bajo la ducha para enjuagar la solución de gluconato de clorhexidina al 4 %. Use agua tibia.
6. Séquese con una toalla limpia después de la ducha.
7. No se ponga loción, crema, desodorante, maquillaje, talco, perfume ni colonia después de la ducha.

### **Instrucciones sobre qué comer antes de su cirugía**



**No coma nada después de la medianoche antes de su cirugía**, ni siquiera caramelos solubles ni goma de mascar.

## **La mañana de su cirugía**

**Instrucciones sobre lo que debe beber antes de su cirugía**



Puede beber un total de 12 onzas (355 mililitros) de agua entre la medianoche y 2 horas antes de su hora de llegada programada. No beba nada más.

**No beba nada a partir de las 2 horas antes de su hora de llegada programada**, ni siquiera agua.

## **Tome sus medicamentos según le indicó el médico**

Si su proveedor de cuidados de la salud le indicó tomar ciertos medicamentos la mañana de su cirugía, tome solo esos medicamentos con un trago de agua. Según los medicamentos que tome, es posible que estos sean todos los medicamentos que habitualmente toma por la mañana, algunos de ellos o ninguno.

## **Dúchese con un limpiador dérmico antiséptico que sea una solución de gluconato de clorhexidina al 4 % (como Hibiclens)**

Dúchese con un limpiador dérmico antiséptico que sea una solución de gluconato de clorhexidina al 4 % antes de salir del hospital. Úselo de la misma forma que la noche anterior.

No se ponga loción, crema, desodorante, maquillaje, talco, perfume ni colonia después de la ducha.

## **Para tener en cuenta**

- Póngase ropa cómoda que le quede holgada.
- Si usa lentes de contacto, quíteselos y mejor póngase anteojos. Usar lentes de contacto durante la cirugía podría dañarle los ojos.
- No lleve ningún objeto de metal. Quítese toda la joyería, incluso si tiene joyas

en perforaciones que se haya hecho en el cuerpo. El equipo que se utiliza durante su cirugía puede causar quemaduras si toca elementos metálicos.

- Deje en casa los objetos de valor.
- Si está menstruando (tiene su período mensual), use una toalla sanitaria, no un tampón. Recibirá ropa interior desechable, así como una toalla sanitaria, si es necesario.

## **Qué debe traer**

- El respirador para la apnea del sueño (como un dispositivo CPAP), si tiene uno.
- Su espirómetro de incentivo, si tiene uno.
- El formulario Health Care Proxy y otras directivas anticipadas, si los completó.
- Su teléfono celular y cargador.
- Solo el dinero que posiblemente necesite para gastos mínimos (como comprar un periódico).
- Un estuche para sus artículos personales (como anteojos, aparatos para sordera, dentaduras postizas, prótesis, peluca y artículos religiosos), si tiene uno.
- Esta guía. El equipo de atención médica la utilizará para enseñarle a cuidarse después de la cirugía.

## **Cuando llegue al hospital**

Se le pedirá muchas veces que diga y delectree su nombre y fecha de nacimiento. Esto se hace por su seguridad. Es posible que personas con el mismo nombre o con un nombre similar se sometan a cirugía el mismo día.

Cuando sea el momento de cambiarse para la cirugía, le darán un camisón, una bata de hospital y calcetines antideslizantes para que se ponga.

## **Reúnase con un enfermero**

Se reunirá con un enfermero antes de la cirugía. Dígale la dosis de los medicamentos que tomó después de la medianoche (incluidos los medicamentos recetados y sin receta, los parches y las cremas) y la hora en que los tomó.

Es posible que el enfermero le ponga una vía intravenosa (IV) en una de las venas, generalmente en el brazo o la mano. Si el enfermero no le coloca la vía IV, el anestesiólogo lo hará en el quirófano.

## **Reúnase con un anestesiólogo**

Antes de su cirugía también se reunirá con un anestesiólogo. Esa persona se encargará de lo siguiente:

- Examinará su historial clínico con usted.
- Le preguntará si en el pasado la anestesia le ha causado algún problema, como náuseas o dolor.
- Hablará con usted sobre su comodidad y seguridad durante su cirugía.
- Le dirá qué tipo de anestesia recibirá.
- Responderá las preguntas que usted tenga acerca de la anestesia.

Puede que el médico o el anestesiólogo le digan que se le pondrá un catéter epidural (una sonda delgada y flexible) en la columna (espalda). Un catéter epidural es otra manera de administrarle analgésico después de su cirugía.

## **Prepárese para su cirugía**

Cuando sea el momento de su cirugía, deberá quitarse los aparatos para sordera, la dentadura postiza, las prótesis, la peluca y los artículos religiosos, si los tiene.

Usted entrará caminando al quirófano o un integrante del personal le llevará en una camilla. Un integrante del equipo del quirófano le ayudará a subirse a la cama y colocará botas de compresión en la parte inferior de las piernas. las cuales se inflan y desinflan suavemente para ayudar con la circulación de la sangre en las piernas.

Una vez que esté cómodo, el anestesiólogo le pondrá anestesia a través de la vía IV y usted se dormirá. También recibirá líquidos a través de la vía IV durante y después de su cirugía.

## **Durante su cirugía**

Después de que se quede totalmente dormido, se le colocará un tubo por la boca hasta la tráquea, el cual le ayudará a respirar. También se le colocará un catéter urinario (Foley) para que drene la orina de la vejiga.

En cuanto se termine la cirugía, le cerrarán las incisiones con grapas o con suturas (puntos). También es posible que sobre las incisiones se le pongan Steri-Strips™ (trozos pequeños de cinta quirúrgica) o Dermabond® (pegamento quirúrgico). Puede que las incisiones se le cubran con un vendaje.

En general, el tubo de respiración se quita mientras usted todavía está en el quirófano.

## **Después de su cirugía**

La información de esta sección le indicará qué esperar después de su cirugía, tanto durante su hospitalización como después de que se vaya. Aprenderá cómo recuperarse de la cirugía de forma segura.

Mientras lee esta sección, anote las preguntas que desee hacerle a su proveedor de cuidados de la salud.

## **En la Unidad de Cuidados Posteriores a la Anestesia (PACU) o en la sala de recuperación**

Cuando se despierte después de su cirugía, estará en la PACU o en la sala de recuperación. Un enfermero se encargará de realizarle un seguimiento de la temperatura, el pulso, la presión arterial y el nivel de oxígeno. Es posible que reciba oxígeno a través de una sonda delgada que se apoya debajo de la nariz o una mascarilla que cubre la nariz y boca. También tendrá puestas las botas de compresión en la parte inferior de las piernas.

Dependiendo del tipo de cirugía que se le haya realizado, es probable que tenga que pasar la noche en la PACU. Después de su permanencia en la PACU, un integrante del personal le llevará a su cuarto del hospital. Poco después de que llegue a su cuarto, un integrante del personal le ayudará a salir de la cama y a sentarse en una silla.

Su enfermero le indicará cómo recuperarse después de su cirugía. Los siguientes son ejemplos de maneras en las que puede colaborar para recuperarse de forma segura.

- Se le recomendará caminar con la ayuda del enfermero o del fisioterapeuta. Le daremos medicamentos para aliviar el dolor. Caminar ayuda a disminuir el riesgo de tener coágulos y neumonía. También ayuda a estimular los intestinos para que puedan comenzar a funcionar de nuevo.
- Use el espirómetro de incentivo. Eso le ayudará a expandir los pulmones, lo cual previene la neumonía. Para obtener más información, lea *Cómo utilizar el espirómetro de incentivo* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)).

## **Preguntas frecuentes: durante su hospitalización**

### **¿Voy a tener dolor después de mi cirugía?**

Es posible que tenga algo de dolor después de la cirugía, en particular durante los primeros días. Sus proveedores de cuidados de la salud le preguntarán con frecuencia sobre el dolor que tenga y le darán medicamentos para controlar el dolor según sus necesidades. Si el dolor no mejora, infórmeselo a uno de los proveedores de cuidados de la salud. Es importante controlarle el dolor para que pueda toser, respirar profundamente, utilizar el espirómetro de incentivo y levantarse de la cama para caminar.

### **¿Qué efectos secundarios pueden aparecer después de la cirugía?**

Es habitual tener algunas molestias en el abdomen y en los hombros después de la cirugía. Esto se debe al aire que se introdujo en el abdomen. Las molestias deberían desaparecer en unos días. Caminar puede ayudar con esto. También debe beber 8 vasos (de 8 onzas) (2 litros) de líquidos al día y tomar los laxantes emolientes que recibió para evitar el estreñimiento.

También es posible que tenga síntomas normales de la menopausia, por ejemplo, sudores nocturnos, sofocos y sequedad vaginal. Hable con su proveedor de cuidados de la salud sobre cómo controlar esos síntomas.

### **¿Qué efectos secundarios pueden aparecer después de la**



## **dilatación y el legrado?**

Si también le hicieron una dilatación y legrado, es posible que tenga pérdidas o hemorragia vaginal leve. Use una toallita o un protector higiénico. No use tampones ni se coloque nada en la vagina hasta que su proveedor de cuidados de la salud le diga que puede hacerlo. No tenga relaciones sexuales hasta que su proveedor de cuidados de la salud le diga que puede hacerlo. Si tiene una hemorragia abundante, por ejemplo, si sangra a través de una toalla sanitaria cada 1 o 2 horas, llame a su proveedor de cuidados de la salud de inmediato.

## **¿Podré comer?**

Sí, podrá seguir una dieta normal si la tolera bien. Comience con alimentos que sean blandos y fáciles de digerir, como puré de manzana y sopa de pollo con fideos. Haga pequeñas comidas con frecuencia, y luego avance hasta comer los alimentos habituales.

Si siente abotagamiento, gases o calambres, limite la cantidad de alimentos que tienen un alto contenido de fibra, en particular panes y cereales integrales, frutos secos, semillas, ensaladas, frutas frescas, brócoli, repollo y coliflor.

## **Preguntas frecuentes: En casa**

### **¿Qué es el Recovery Tracker (Rastreador de recuperación)?**

Queremos saber cómo se siente después de salir del hospital. Para poder seguir con su cuidado, le enviaremos algunas preguntas a su cuenta MyMSK todos los días durante 10 días después de su salida del hospital. Estas preguntas se conocen como su Recovery Tracker.

Complete su Recovery Tracker todos los días antes de la medianoche (12:00 AM). Solo le tomará de 2 a 3 minutos completarlo. Sus respuestas a estas preguntas nos ayudarán a entender cómo se siente y qué necesita.

Según sus respuestas, es posible que nos comuniquemos con usted para obtener más información o que le pidamos que llame al consultorio de su cirujano. Si tiene preguntas, siempre puede comunicarse con el consultorio de su cirujano. Para obtener más información, lea el recurso *Recovery Tracker (Rastreador de recuperación)* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/mymsk-](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/mymsk-)

[recovery-tracker](#)).

## ¿Sentiré dolor cuando esté en casa?

Las personas sienten dolor o molestias durante un tiempo que varía según la persona. Cuando se vaya a casa, es posible que aún sienta dolor y probablemente tendrá que tomar un analgésico.

Siga las pautas a continuación para ayudar a controlar el dolor en casa.

- Tome sus medicamentos según las indicaciones y necesidades.
- Llame a su proveedor de cuidados de la salud si el medicamento que se le recetó no le calma el dolor.
- No maneje ni beba alcohol mientras tome un analgésico de venta con receta. Algunos analgésicos pueden causarle somnolencia. El alcohol puede empeorar la somnolencia.
- A medida que la incisión cicatrice, sentirá menos dolor y necesitará menos analgésico. Un analgésico sin receta como acetaminophen (Tylenol®) o ibuprofen (Advil® o Motrin®) calma el dolor y las molestias.
  - Siga las instrucciones que le dé el proveedor de cuidados de la salud sobre cómo dejar de tomar el analgésico recetado.
  - De cualquier medicamento, no tome más que la cantidad que indique la etiqueta o su proveedor de cuidados de la salud.
  - Lea las etiquetas de todos los medicamentos que tome, sobre todo si toma acetaminophen. El acetaminophen es un ingrediente que se encuentra en medicamentos que se venden con y sin receta médica. Tomar demasiado puede dañar el hígado. No tome más de un medicamento que contenga acetaminophen sin hablar antes con un integrante del equipo de atención médica.
- El analgésico debe ayudarle a reanudar sus actividades normales. Tome una cantidad suficiente de medicamento para hacer sus actividades y ejercicios con comodidad. Es normal que el dolor se intensifique un poco conforme aumente el nivel de actividad.

- Mantenga un registro de los momentos en que toma el analgésico. Es más eficaz de 30 a 45 minutos después de tomarlo. Tomarlo cuando el dolor se empiece a sentir es más eficaz que esperar a que el dolor empeore.

Algunos analgésicos de venta con receta (como los opioides) pueden causar estreñimiento (tener menos defecaciones que lo habitual).

## ¿Cómo puedo evitar el estreñimiento?

Hable con su proveedor de cuidados de la salud sobre la forma de prevenir y controlar el estreñimiento. También puede seguir las pautas a continuación.

- Vaya al baño a la misma hora todos los días. Su cuerpo se acostumbrará a ir a esa hora. Sin embargo, si siente la necesidad de ir al baño, no la postergue.
- Intente usar el baño de 5 a 15 minutos después de las comidas. Después del desayuno es un buen momento para hacerlo. Es en ese momento que los reflejos del colon se encuentran más fuertes.
- Haga ejercicio, si puede. Caminar es una excelente forma de ejercicio.
- Beba de 8 a 10 vasos (de 8 onzas, para un total de 2 litros) de líquido al día, si puede.
  - Elija líquidos como agua, jugos (por ejemplo, jugo de ciruela), sopas y batidos de helado.
  - Evite líquidos con cafeína (como café y refrescos). La cafeína puede quitarle líquido al cuerpo.
- Aumente lentamente la cantidad de fibra en su dieta de 25 a 35 gramos por día. Si tiene una ostomía o se le sometió recientemente a una cirugía intestinal, consulte con su proveedor de cuidados de la salud antes de hacer cambios en su dieta. Entre los alimentos ricos en fibra se encuentran:
  - Cereal de salvado
  - Panes y cereales de grano integral
  - Frutas y verduras sin pelar
  - Ensaladas de hojas verdes mixtas

- Damascos, higos y pasas
- Hay medicamentos sin y con receta para tratar el estreñimiento. Consulte con su proveedor de cuidados de la salud antes de tomar algún medicamento para el estreñimiento, en particular si tiene una ostomía o se ha sometido a una cirugía intestinal. Siga las instrucciones que aparecen en la etiqueta o de su proveedor de cuidados de la salud. Estos son algunos ejemplos de medicamentos sin receta para el estreñimiento:
  - Docusato de sodio (Colace®). Es un ablandador de heces (medicamento que hace que la defecación sea más blanda) que causa pocos efectos secundarios. Puede usarlo para prevenir el estreñimiento. No lo tome con aceite mineral.
  - Polietilenglicol (MiraLAX®). Es un laxante (medicamento que provoca defecaciones) que causa pocos efectos secundarios. Tómelo con 8 onzas (1 taza) de líquido. Solo tómelo si ya tiene estreñimiento.
  - Senna (Senokot®). Este es un laxante estimulante que puede provocar calambres. Es mejor tomarlo a la hora de ir a la cama. Solo tómelo si ya tiene estreñimiento.

Si alguno de estos medicamentos le causa diarrea (defecaciones sueltas y aguadas), deje de tomarlos. Puede comenzar a tomarlos nuevamente si fuera necesario.

Para obtener más información, lea el recurso *Estreñimiento* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/constipation](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/constipation)).

## ¿Puedo ducharme?

Puede ducharse 24 horas después de su cirugía. Tomar una ducha tibia es relajante y puede ayudar a reducir los dolores musculares. Si tiene una curita blanca y cuadrada (curitas Primapore®) sobre la incisión, quítesela cuando se duche.

Cada vez que se duche, limpie suavemente la incisión con jabón. Seque las zonas con una toalla después de bañarse. Deje la incisión destapada, a menos que haya drenaje. Si lo hay, póngase una nueva curita sobre la incisión. Llame a su

proveedor de cuidados de la salud si observa enrojecimiento o drenaje en la incisión.

No se bañe en la bañera hasta que hable del tema con su proveedor de cuidados de la salud en la primera cita que tenga después de su cirugía.

### **¿Cómo cuido de mis incisiones?**

Tendrá varias incisiones pequeñas en el abdomen, que estarán cerradas con Steri-Strips o Dermabond. También es posible que tenga curitas cuadradas de color blanco Primapore en las incisiones. Puede retirarlos en la ducha 24 horas después de su cirugía. Debe lavar las incisiones con agua y jabón.

Si le sale líquido por las incisiones, anote la cantidad y el color. Llame al consultorio de su proveedor de cuidados de la salud y hable con el enfermero sobre el drenaje de la incisión.

Si lo envían a casa con las incisiones cubiertas con Steri-Strips, se aflojarán y se caerán solas. Si se va a casa con las incisiones cubiertas con Dermabond, esa protección se aflojará y se caerá sola. Si las Steri-Strips y el Dermabond no se han caído en 10 días, puede quitárselos.

### **¿Cuándo puedo volver a tener actividad sexual?**

En la primera visita de seguimiento después de la cirugía, su proveedor de cuidados de la salud le dirá cuándo puede retomar la actividad sexual. No se coloque nada en la vagina ni tenga sexo vaginal hasta que su proveedor de cuidados de la salud le diga que puede hacerlo.

### **¿Cuándo es seguro para mí conducir?**

Puede comenzar a conducir 2 semanas después de la cirugía, siempre y cuando no esté tomando analgésicos que le puedan producir somnolencia.

### **¿Qué ejercicios puedo hacer?**

Hacer ejercicios aeróbicos, como caminar o subir escaleras, le ayudará a ganar fuerzas y sentirse mejor. Aumente gradualmente la distancia que camina. Suba escaleras con lentitud, descanse y deténgase según lo necesite.

Consulte a su proveedor de cuidados de la salud antes de comenzar a hacer ejercicios más exigentes.

## **¿Podré viajar?**

Sí, puede viajar. Si va a viajar en avión algunas semanas después de la cirugía, levántese y camine una vez por hora. Estire las piernas, tome mucho líquido y mantenga los pies elevados si es posible.

## **¿En qué momento puedo volver a trabajar?**

El tiempo que toma volver a trabajar depende del tipo de trabajo que realice, del tipo de cirugía que se le hizo y de la rapidez con la que el cuerpo se recupere. La mayoría de las personas puede regresar a trabajar de 2 a 4 semanas después de la cirugía.

## **¿En qué momento puedo levantar objetos pesados?**

Pregunte a su proveedor de cuidados de la salud en qué momento es seguro levantar objetos pesados después de su cirugía. Normalmente no debería levantar nada que pese más de 5 a 10 libras (2.3 a 4.5 kilogramos) durante al menos 4 semanas después de su cirugía.

## **¿Cuándo será mi primera cita después de la cirugía?**

La primera cita después de la cirugía la tendrá de 2 a 4 semanas después de que salga del hospital. Su enfermero le dará instrucciones sobre la forma de programar esa cita, incluido el número al que debe llamar.

## **¿Cómo puedo lidiar con mis sentimientos?**

Después de una cirugía por una enfermedad grave, es posible que tenga sentimientos nuevos y de desasosiego. Muchas personas dicen que sienten ganas de llorar, tristeza, preocupación, nervios, irritación o enfado en algún momento u otro. Es posible que observe que no puede controlar algunos de esos sentimientos. Si esto sucede, es buena idea buscar apoyo emocional.

El primer paso para sobrellevar la situación es hablar de cómo se siente. Los familiares y amigos pueden ayudar. El médico, enfermero y trabajador social pueden tranquilizarle, apoyarle y guiarle. Siempre es buena idea comunicarle a

esos profesionales cómo se sienten usted, sus familiares y amigos desde un punto de vista emocional. Los pacientes y sus familiares disponen de muchos recursos. Ya sea que usted se encuentre en el hospital o en casa, los enfermeros, médicos y trabajadores sociales estamos para ayudarles a usted y a sus familiares y amigos a hacer frente a los aspectos emocionales de su enfermedad.

Quizás también le reconforte hablar con un cuidador o sobreviviente del cáncer que haya pasado por un tratamiento similar. Mediante nuestro Programa de Apoyo a Pacientes y Cuidadores, puede hablar con expacientes y cuidadores. Para obtener más información, llame al 212-639-5007.

## **Cuándo llamar a su proveedor de cuidados de la salud**

Llame a su proveedor de cuidados de la salud si:

- Tiene fiebre de 100.5 °F (38 °C) o más.
- Tiene dificultad para respirar.
- Tiene dolor que no se le quita con un analgésico.
- La zona alrededor de la incisión se torna más roja.
- La zona alrededor de la incisión comienza a hincharse o la inflamación alrededor de la incisión empeora.
- Tiene secreciones que salen de la incisión.
- Tiene sangrado vaginal abundante.
- Las pantorrillas o los muslos están hinchados o sensibles.
- Tiene tos con sangre.
- No defeca en 2 días.
- Tiene náuseas o vómitos.
- Tiene diarrea (defecaciones blandas o aguadas).
- Tiene preguntas o inquietudes.

## Detalles de contacto

Llame al consultorio de su proveedor de cuidados de la salud de lunes a viernes, de 9:00 am a 5:00 pm.

Después de las 5:00 pm, los fines de semana y los días feriados, llame al 212-639-2000 y pida hablar con la persona que esté de guardia en lugar de su proveedor de cuidados de la salud.

## Servicios de ayuda

Esta sección contiene una lista de servicios de ayuda que podrían ayudarle a prepararse para su cirugía y a recuperarse de manera segura.

Mientras lee esta sección, anote las preguntas que desee hacerle a su proveedor de cuidados de la salud.

## Servicios de apoyo de MSK

Para obtener más información en línea, visite la sección [Cancer Types \[Tipos de cáncer\]](#) del sitio [www.mskcc.org](http://www.mskcc.org).

### Oficina de Admisión (Admitting Office)

212-639-7606

Llame si tiene preguntas sobre su internación, incluida la solicitud de una habitación privada.

### Anestesia

212-639-6840

Si tiene preguntas sobre la anestesia.

### Sala para donantes de sangre

212-639-7643

Si le interesa donar sangre o plaquetas, llame para obtener información.

### Bobst International Center

888-675-7722

MSK recibe pacientes de alrededor del mundo. Si usted es un paciente



internacional, llame para que le ayuden a coordinar su atención.

### **Centro de Orientación (Counseling Center)**

646-888-0200

Muchas personas encuentran que la orientación les ayuda. Ofrecemos orientación a personas, parejas, familias y grupos, así como medicamentos para la ansiedad y la depresión. Para programar una cita, pida una referencia a su proveedor de cuidados de la salud o llame al número que se proporcionó anteriormente.

### **Programa de Medicina Sexual Femenina y Salud de la Mujer**

646-888-5076

El cáncer y los tratamientos del cáncer pueden afectar la salud sexual. Nuestro Programa de Medicina Sexual Femenina y Salud de la Mujer le puede ayudar si está haciendo frente a problemas de salud sexual relacionados con el cáncer, entre ellos, problemas de menopausia prematura y fertilidad. Llame para obtener más información o para programar una cita. Podemos ayudarle a tomar medidas y a abordar los problemas de salud sexual antes, durante o después del tratamiento.

### **Programa de despensas de alimentos**

646-888-8055

El programa de despensas de alimentos ofrece ayuda alimenticia a personas necesitadas durante su tratamiento contra el cáncer. Para obtener más información al respecto, hable con su proveedor de cuidados de la salud o llame al número que se proporcionó anteriormente.

### **Servicio de Medicina Integral (Integrative Medicine Service)**

646-888-0800

El Servicio de Medicina Integral ofrece muchos servicios que complementan la atención médica tradicional (es decir, que van junto con ella), como terapia musical, terapias mentales y corporales, terapia de baile y movimiento, yoga y terapia de contacto.

### **Programa de Medicina Sexual y Reproductiva Masculina**

646-888-6024

El cáncer y los tratamientos del cáncer pueden afectar la salud sexual. Nuestro Programa de Medicina Sexual y Reproductiva Masculina le puede ayudar si está

haciendo frente a problemas de salud sexual relacionados con el cáncer, entre ellos, la disfunción eréctil. Llame para obtener información o para programar una cita. Podemos ayudarle a tomar medidas y a abordar los problemas de salud sexual antes, durante o después del tratamiento.

### **Biblioteca de MSK**

library.mskcc.org

212-639-7439

Puede visitar nuestra biblioteca o hablar con el personal de consultas para buscar más información sobre su tipo de cáncer. También puede visitar LibGuides en el sitio web de la biblioteca de MSK en la dirección [libguides.mskcc.org](http://libguides.mskcc.org)

### **Educación para pacientes y cuidadores**

[www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe)

Visite el sitio web para pacientes y cuidadores para hacer búsquedas en nuestra biblioteca virtual. Ahí encontrará recursos educativos escritos, videos y programas en línea.

### **Programa de Apoyo entre Pares a Pacientes y Cuidadores (Patient and Caregiver Peer Support Program)**

212-639-5007

Quizás le reconforte hablar con alguien que haya pasado por un tratamiento similar al suyo. Puede hablar con una persona que haya sido paciente o cuidador de MSK a través de nuestro Programa de Apoyo entre Pares a Pacientes y Cuidadores. Estas conversaciones son confidenciales. Pueden ser en persona o por teléfono.

### **Cobros del Paciente (Patient Billing)**

646-227-3378

Llame si tiene preguntas sobre la preautorización de su compañía de seguros. Esto también se conoce como preaprobación.

### **Oficina de Representación del Paciente (Patient Representative Office)**

212-639-7202

Llame si tiene preguntas sobre el formulario Health Care Proxy o si tiene inquietudes en cuanto a su atención.

## **Enlace con Enfermeros Perioperativos (Perioperative Nurse Liaison)**

212-639-5935

Llame si tiene preguntas sobre la divulgación de información por parte de MSK mientras usted está en cirugía.

## **Oficina de Enfermería de Guardia Privada (Private Duty Nursing Office)**

212-639-6892

Puede solicitar acompañantes o enfermeros privados. Llame para obtener más información.

## **Programa de Recursos para la Vida Después del Cáncer (Resources For Life After Cancer, RLAC)**

646-888-8106

En MSK, la atención no termina después del tratamiento activo. El programa RLAC es para los pacientes que hayan terminado con el tratamiento y para sus familias. El programa ofrece muchos servicios, entre ellos seminarios, talleres, grupos de apoyo, orientación sobre cómo vivir después del tratamiento y ayuda con cuestiones de seguros y empleo.

## **Trabajo social**

212-639-7020

Los trabajadores sociales ayudan a los pacientes, sus familiares y sus amigos a lidiar con aspectos que son comunes para los pacientes de cáncer. Ofrecen orientación individual y grupos de apoyo durante todo el ciclo de tratamiento, y pueden ayudar en la comunicación con los niños y otros familiares. Nuestros trabajadores sociales también pueden remitirle a agencias y programas comunitarios, así como a recursos de ayuda financiera, si es que usted reúne los requisitos necesarios.

## **Cuidado espiritual**

212-639-5982

Nuestros capellanes (consejeros espirituales) se encuentran disponibles para escuchar, ofrecer apoyo a los familiares, rezar, comunicarse con grupos religiosos o clero comunitario, o simplemente brindarle consuelo y una presencia espiritual. Cualquier persona puede solicitar apoyo espiritual, independientemente de su

afiliación religiosa formal. La capilla interreligiosa de MSK se encuentra cerca del vestíbulo principal de Memorial Hospital. Está abierta las 24 horas del día. Si tiene una emergencia, llame al 212-639-2000. Pregunte por el capellán de guardia.

## **Programa de Tratamiento del Tabaquismo**

212-610-0507

Si desea dejar de fumar, MSK tiene especialistas que pueden ayudarle. Llame para obtener información.

## **Programas virtuales**

[www.mskcc.org/vp](http://www.mskcc.org/vp)

Los programas virtuales de MSK ofrecen educación y apoyo en línea a pacientes y cuidadores, incluso si no puede ir en persona a MSK. Mediante sesiones interactivas en directo, usted puede enterarse de su diagnóstico, saber qué esperar durante el tratamiento y cómo prepararse para las diversas etapas de la atención de su caso de cáncer. Las sesiones son confidenciales, gratuitas y las dirige personal clínico experto. Si le interesa participar en un Programa virtual, visite nuestro sitio web [www.mskcc.org/vp](http://www.mskcc.org/vp) para obtener más información.

## **Servicios de apoyo externos**

### **Access-A-Ride**

[web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm](http://web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm)

877-337-2017

MTA ofrece un servicio compartido de transporte de puerta a puerta en la ciudad de Nueva York para personas con discapacidades que no pueden tomar el metro ni el autobús público.

### **Air Charity Network**

[www.aircharitynetwork.org](http://www.aircharitynetwork.org)

877-621-7177

Ofrece transporte a centros de tratamiento.

### **Sociedad Americana contra el Cáncer (ACS)**

[www.cancer.org](http://www.cancer.org)

800-ACS-2345 (800-227-2345)

Ofrece una variedad de información y servicios, incluido Hope Lodge, el cual

brinda alojamiento gratuito a pacientes y cuidadores durante el tratamiento del cáncer.

### **Cancer and Careers**

[www.cancerandcareers.org](http://www.cancerandcareers.org)

Recurso de instrucción, herramientas y eventos para empleados con cáncer.

### **CancerCare**

[www.cancercare.org](http://www.cancercare.org)

800-813-4673

275 Seventh Avenue (entre las calles West 25<sup>th</sup> y 26<sup>th</sup>)

New York, NY 10001

Ofrece orientación, grupos de apoyo, talleres de instrucción, publicaciones y asistencia financiera.

### **Cancer Support Community**

[www.cancersupportcommunity.org](http://www.cancersupportcommunity.org)

Ofrece apoyo y educación a personas afectadas por el cáncer.

### **Caregiver Action Network**

[www.caregiveraction.org](http://www.caregiveraction.org)

800-896-3650

Ofrece educación y apoyo a personas que cuidan de seres queridos que tienen una discapacidad o una enfermedad crónica.

### **Corporate Angel Network**

[www.corpangelnetwork.org](http://www.corpangelnetwork.org)

866-328-1313

Ofrece servicio de traslado gratuito en todo el país en asientos desocupados de aviones corporativos.

### **Gilda's Club**

[www.gildasclubnyc.org](http://www.gildasclubnyc.org)

212-647-9700

Centro donde hombres, mujeres y niños que tienen cáncer encuentran apoyo social y emocional a través del establecimiento de contactos, talleres, conferencias

y actividades sociales.

### **Good Days**

[www.mygooddays.org](http://www.mygooddays.org)

877-968-7233

Ofrece asistencia financiera para pagar los copagos durante el tratamiento. Los pacientes deben tener seguro médico, deben reunir los criterios de ingresos, y se les deben recetar medicamentos que están incluidos en el formulario de Good Days.

### **Healthwell Foundation**

[www.healthwellfoundation.org](http://www.healthwellfoundation.org)

800-675-8416

Ofrece asistencia financiera que cubre copagos, primas de atención médica y deducibles para determinados medicamentos y terapias.

### **Joe's House**

[www.joeshouse.org](http://www.joeshouse.org)

877-563-7468

Ofrece una lista de lugares cercanos a los centros de tratamiento donde las personas con cáncer y sus familiares pueden quedarse.

### **LGBT Cancer Project**

<http://lgbtcancer.com/>

Ofrece apoyo y representación a la comunidad de lesbianas, homosexuales, bisexuales y transexuales (LGBT), incluso grupos de apoyo en línea y una base de datos de ensayos clínicos donde se acoge a personas LGBT.

### **LIVESTRONG Fertility**

[www.livestrong.org/we-can-help/fertility-services](http://www.livestrong.org/we-can-help/fertility-services)

855-744-7777

Ofrece información sobre la reproducción y apoyo a pacientes con cáncer y a sobrevivientes cuyos tratamientos médicos tienen riesgos relacionados con la esterilidad.

### **Programa Luzca bien siéntase mejor**

[www.lookgoodfeelbetter.org](http://www.lookgoodfeelbetter.org)

800-395-LOOK (800-395-5665)

Este programa ofrece talleres donde aprender cosas que puede hacer para sentirse mejor en cuanto a su apariencia. Para obtener más información o para inscribirse en un taller, llame al número de arriba o visite el sitio web del programa.

### **National Cancer Institute**

[www.cancer.gov](http://www.cancer.gov)

800-4-CANCER (800-422-6237)

### **National Cancer Legal Services Network**

[www.nclsn.org](http://www.nclsn.org)

Programa gratuito de defensa legal para pacientes con cáncer.

### **National LGBT Cancer Network**

[www.cancer-network.org](http://www.cancer-network.org)

Ofrece educación, capacitación y defensa para sobrevivientes del cáncer de la comunidad LGBT y para personas en riesgo.

### **Needy Meds**

[www.needymeds.org](http://www.needymeds.org)

Brinda listas de programas de asistencia para pacientes por medicamentos de marca y genéricos.

### **NYRx**

[www.nyrxplan.com](http://www.nyrxplan.com)

Ofrece beneficios de medicamentos recetados a jubilados de empresas del sector público y empleados que cumplan los requisitos en el estado de Nueva York.

### **Partnership for Prescription Assistance**

[www.pparx.org](http://www.pparx.org)

888-477-2669

Ayuda a los pacientes que carecen de cobertura de medicamentos recetados y que reúnen los requisitos a obtener medicamentos gratuitos o de bajo costo.

## **Patient Access Network Foundation**

[www.panfoundation.org](http://www.panfoundation.org)

866-316-7263

Ofrece ayuda con los copagos a pacientes con seguro.

## **Patient Advocate Foundation**

[www.patientadvocate.org](http://www.patientadvocate.org)

800-532-5274

Ofrece acceso a atención, asistencia financiera, asistencia con seguros, asistencia para conservar el empleo y acceso al directorio nacional de recursos para pacientes con seguro insuficiente.

## **RxHope**

[www.rxhope.com](http://www.rxhope.com)

877-267-0517

Ofrece ayuda para que las personas obtengan medicamentos que no pueden pagar.

# **Recursos educativos**

Esta sección contiene los recursos educativos que se mencionan en esta guía, los que le servirán para prepararse para su cirugía y recuperarse de forma segura después de ella.

Mientras lee estos recursos, anote las preguntas que desee hacerle a su proveedor de cuidados de la salud.

- *Medicamentos comunes que contienen aspirin, otros medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (NSAID) o vitamina E*  
([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids))
- *Los remedios herbales y el tratamiento contra el cáncer*  
([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment))
- *Cómo utilizar el espirómetro de incentivo* ([www.mskcc.org/es/cancer-](http://www.mskcc.org/es/cancer-)



[care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer](#))

- *Recovery Tracker (Rastreador de recuperación)* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/mymask-recovery-tracker](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/mymask-recovery-tracker))

Si tienes preguntas, contacta a un integrante del equipo de atención médica directamente. Si eres paciente de MSK y necesitas comunicarte con un proveedor después de las 5:00 PM, durante el fin de semana o un día feriado, llama al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visita [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe) y busca en nuestra biblioteca virtual.

---

About Your Bilateral Salpingo-Oophorectomy - Last updated on May 4, 2021

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center