

# Endoscopia: una mejor recuperación con MAPAS

**MAPAS** es una fórmula simple que puede ayudarlo a tener una mejor recuperación después de su procedimiento. MAPAS significa Medicamentos, Actividad, Precaución con la herida, Alimentación y Síntomas.



## **M**edicamentos. Los medicamentos actúan para mejorar su salud.

Los medicamentos pueden incluir pastillas recetadas, inyecciones (vacunas), parches, inhaladores, suplementos de vitaminas y medicamentos sin receta (como Tylenol o jarabe para la tos). Si tomaba medicamentos regularmente antes de la endoscopia, puede comenzar a tomarlos de nuevo al regresar a casa o cuando el médico diga que es seguro hacerlo.

Para la anestesia, es probable que haya recibido **sedación moderada supervisada** durante la endoscopia. En la mayoría de los casos, la sedación moderada evita que recuerde todo lo que sucede durante la endoscopia.

## **Después del procedimiento**

- Puesto que a usted le han administrado sedantes, no beba ningún tipo de alcohol durante 24 horas.
- Tome siempre los medicamentos de acuerdo con las indicaciones del médico.
- Algunos medicamentos pueden causar mareos o somnolencia. Tenga mucho cuidado al caminar o subir las escaleras.
- No use laxantes o enemas durante 2 días.

En la tabla a continuación, vea la lista de sedantes moderados supervisados comunes.

Medicamento sedante	Uso	Efectos secundarios comunes	Efectos secundarios graves
<b>propofol</b> (Anesthesia S/I-60, Anesthesia S/I-40, Anesthesia S/I-40A)	Inducir y mantener la sedación; contra la ansiedad	Disminución de la frecuencia cardíaca, presión arterial y frecuencia respiratoria	Disminución de la frecuencia cardíaca, presión arterial y frecuencia respiratoria
<b>midazolam</b> (Versed)	Inducir y mantener la sedación; contra la ansiedad	Disminución de la frecuencia cardíaca, presión arterial y frecuencia respiratoria	Disminución de la frecuencia cardíaca, presión arterial y frecuencia respiratoria, cambios mentales o emocionales
<b>fentanyl</b> (Duragesic, Abstral, Ionsys)	Alivia el dolor	Mareos, somnolencia, inquietud, cansancio, dolor de cabeza, náuseas, vómitos y diarrea.	Respiración lenta, latidos cardíacos irregulares y disminución de la presión arterial.



## **A**ctividad. La actividad física regular fortalece su cuerpo y eleva su estado de ánimo.

### Cuando regresa a casa

#### Debe:

- Tener un familiar o amigo adulto responsable disponible para ayudar a cuidarlo durante las primeras 12 horas después de su procedimiento.
- Salir a caminar o acostarse sobre su lado izquierdo si tiene dolor de estómago o calambres.

#### No debe:

- Hacer ejercicio extenuante las primeras 12 horas.
- Intentar cualquier actividad que requiera estar alerta, tener equilibrio, coordinación o juicio durante las primeras 24 horas después de su procedimiento.
- Conducir u operar equipos durante al menos 24 horas después de su procedimiento.
- Tomar decisiones importantes o firmar documentos por lo menos 24 horas después de su procedimiento.



## **P**recaución con la herida. Lavarse las manos es la mejor forma de evitar una infección.

- Lávese las manos antes y después de tocar su sitio de la IV o vendaje (si tiene uno).
- Si su médico realizó una biopsia o extirpó pólipos, usted puede tener una pequeña cantidad de sangre en su garganta o en el recto. Esto es normal.
- Si tiene una gran cantidad de sangrado o coágulos de sangre, llame a su médico o vaya a la sala de emergencia.



## **A**limentación. Lo que usted come y bebe puede afectar su salud.

- Si anestesiaron su garganta, no coma ni beba hasta que vuelva la sensibilidad o hasta que su médico le diga que está bien.
- Beba abundante agua, jugo u otras bebidas descafeinadas para ayudar a su cuerpo a sanar. No beba alcohol de ningún tipo durante 24 horas después del procedimiento.
- Puede comer alimentos ligeros, como gelatina, sopa, tostadas, compota de manzana, huevos o yogur. Si tiene malestar estomacal o vómitos, vuelva a una dieta de alimentos ligeros.



## **S**íntomas. Identificar los síntomas de forma temprana puede prevenir complicaciones o una emergencia.

### **Llame al 911 si:**

- Tiene dolor u opresión en el pecho.
- Siente que no puede recuperar el aliento o tiene mucha dificultad para respirar.
- Si tiene la cara lánguida o debilidad en su brazo o cambios en el habla.
- La persona que lo cuida no lo puede despertar. (Pida que lo controlen cada 1 a 2 horas durante las primeras 12 horas. Puede que esté cansado o somnoliento, pero debería despertarse fácilmente).

### **Llame a su médico si:**

- Tiene aumento del dolor o dolor incontrolable, o sangrado abundante.
- Tiene señales de infección que incluyen aumento del dolor, secreción inusual, enrojecimiento o hinchazón, olor desagradable o fiebre más alta que 101 °F (38.8 °C).
- Sigue teniendo malestar estomacal y vómitos, y no puede retener los líquidos o tiene señales de deshidratación (boca seca, poca orina que es de color oscuro y no tiene lágrimas).
- Usted cree que está teniendo una reacción a los medicamentos.

*Endoscopy: Better recovery with MAWDS*

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se ofrecen servicios de interpretación gratuitos. Hable con un empleado para solicitarlo.

©2017-2019 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema médico o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de atención médica. Puede obtener más información en [intermountainhealthcare.org](http://intermountainhealthcare.org). Patient and Provider Publications FS4365-10/19 (Last reviewed - 10/19) (Spanish translation 12/19 by inWhatLanguage)