

Recomendaciones generales:

- No permanecer acostado todo el tiempo, puede caminar despacio y gradualmente.
- No mover o levantar objetos pesados hasta indicación médica.
- Después de la cirugía, si la herida se encuentra suturada, debe dejarla con los apósitos con los que sale de la institución hasta la cita de revisión.
- No mojar los apósitos y manipular la herida.
- No aplicar ninguna crema, ungüento u otra sustancia sin previa indicación médica.
- Puede presentarse leve salida de líquido claro por las heridas donde estuvieron los tubos de drenaje, mantener limpia esta área, cambiar y cubrir con gasa limpia las veces que sea necesario.
- En la cita de revisión se retirarán las suturas de la piel.
- Asistir a la cita de revisión o solicitarla según indicación médica.

Cuidados con su alimentación:

- Consumir durante el día la cantidad de líquidos ordenada por el médico tratante, incluyendo sobremesa, agua, sopa, jugos, frutas y otros alimentos con alto contenido de agua.
- Evitar el consumo de alimentos ricos en sodio como las carnes frías o embutidos, cubos o caldos de gallina, sopas instantáneas, gaseosas, salsas y snack tipo frituras empacadas.
- Evitar alimentos con alto contenido de grasa, si utiliza margarinas, preferiblemente que sean bajas en grasa y si utiliza aceite, preferiblemente que sea de oliva.
- El consumo de leche preferiblemente que sea descremada o semidescremada.

Recomendaciones farmacéuticas:

- Tomar los analgésicos y medicamentos como le fueron formulados.
- Establecer horarios específicos para tomar los medicamentos. Si olvida tomar una dosis no trate de reemplazarla tomando el doble.
- Tomar los medicamentos durante el tiempo establecido por el médico y continuarlos hasta terminar el tratamiento, aunque mejoren los síntomas.
- No triturar, disolver o desarmar las cápsulas o tabletas.
- No consumir licor durante el tratamiento con los medicamentos.

Cuidados respiratorios:

- En casa se deben seguir haciendo los ejercicios respiratorios que le enseñaron durante la hospitalización, recordar que durante el primer mes se deben realizar 10 repeticiones inspiratorias, cada hora, con el incentivo respiratorio (equipo entregado) con el fin de evitar la acumulación de secreciones y flemas que favorecen la producción de infecciones respiratorias.

- Si al realizar el ejercicio se produce tos, debe sujetar el pecho, usar un cojín para dar soporte al pecho, porque después de la cirugía el esternón toma aproximadamente de dos a tres meses para sanar completamente. Procurar una tos efectiva que permita la movilización de secreciones.
- La adecuada forma de toser es con la cabeza y los hombros flexionados ligeramente hacia adelante, se realiza una inspiración por la boca intermitentemente en 2 o 3 golpes, repitiéndolo lenta y profundamente por la nariz y se expulsa el aire hasta conseguir una tos productiva.
- Usar la faja torácica todo el día y la noche de dos a tres meses.

Cuidados de rehabilitación cardíaca:

Los dos primeros meses:

- Evitar levantar o empujar objetos pesados, agacharse o subir los brazos por encima de la cabeza.
- Usar la faja para evitar desplazamiento del tórax con cualquier impacto directo.
- Respirar por la nariz y exhalar por la boca.
- Realizar los ejercicios recomendados por la rehabilitadora, teniendo en cuenta la respiración sin excederse o cansarse.
- Antes de realizar los ejercicios o cualquier actividad física, hacer un calentamiento con movimientos circulares de manos y pies; finalizar con ejercicios suaves de pies y cabeza, para disminuir a la frecuencia cardíaca.

Consultar la IPS básica en caso de:

- Dolor severo que no mejora con la analgesia.
- Fiebre.
- Sangrado continuo por la herida.
- Hematoma.
- Enrojecimiento, secreción, olor fétido, calor en la piel que rodea la herida.
- Vómito que no mejora.
- Sensación de ahogo, falta de aire repentina o dificultad para respirar.
- Inestabilidad de la herida operatoria con sonido de clic.
- Palpitaciones o latidos rápidos e irregulares.

