



DOCTOR COLOMBO
MEDICINA Y CIRUGÍA ESTÉTICA



INDICACIONES MÉDICAS POST-OPERATORIAS

DOLOR Y MEDICAMENTOS

Las mayores molestias serán dentro de las primeras 24-48 horas después de su operación. Tome el analgésico prescrito de acuerdo a las instrucciones de su médico preferiblemente junto con las comidas.

DIETA

Si Ud. no presenta náuseas puede reanudar su dieta usual a las 6 horas de post-operatorio. Los alimentos fácilmente digeribles tales como jugos no cítricos, sopas, cremas de vegetales, compotas, puré y gelatinas son usualmente bien tolerados. Si tiene taponamiento nasal, será más fácil ingerir alimentos líquidos, sopas y licuados.

HIGIENE

Ud. puede bañarse al día siguiente de la cirugía, pero no moje sus heridas hasta que su médico o su terapeuta se lo indiquen.

CURAS Y APOSITOS

La cura consta generalmente de unos esparadrapos estériles color piel que están en contacto con la herida, cubiertos de gasa y adhesivo blanco. Si las gasas de la cura no están muy manchadas de suero o sangre, no las toque. Al segundo o tercer día después de la operación nuestro personal le realizará la cura. Si están muy manchadas, puede retirarlas utilizando guantes estériles, y desinfectar con Agua Oxigenada o con Solución de Yodo (Povidine® o Betadine®). Los esparadrapos marrones usualmente resisten al agua, pero si por algún motivo se desprenden, retirelos y desinfecte el área. Si observa costras límpielas con una gasa y agua oxigenada hasta que se caigan. Si tiene bandas elásticas adhesivas color crema no las retire. Si tiene una faja elástica, quítela solamente para bañarse, aproveche ese momento para lavarla en ciclo delicado y séquela a la sombra o en secadora en aireación sin calor. No hay problema si usted pasa tres o cuatro horas sin la faja mientras la lava. No se alarme si observa que con usted utilizó una faja o un sostén diferente que con otras pacientes, seguramente lo está haciendo porque considera que para su caso en particular es beneficioso. Recuerde que no todas las cirugías, ni todas las pacientes son iguales. Le recomendamos que siga estrictamente las indicaciones de su médico.

ACTIVIDAD

Haga que alguien le ayude con las duchas los primeros días. Puede que necesite un reposo de 2 o 3 días hasta que el dolor haya cedido. Limite los movimientos a las actividades rutinarias diarias tales como cepillarse los dientes, comer, peinarse o lavarse el cabello. Evite movimientos vigorosos que requieran empujar, halar o levantar objetos pesados. Usted no puede levantar objetos de más de 2 Kg durante el primer mes y medio. Una vez que el dolor haya cedido deje que este sea el factor determinante: ¡ si algo duele, no lo haga!

Usualmente las actividades deportivas como hacer aeróbicos, trotar y pedalear en la bicicleta estática pueden reasumirse a las 6-8 semanas de post-operatorio. Consulte a su médico sobre el levantamiento de pesas y uso de máquinas de multi-fuerza. Puede manejar al cabo de una semana, en la medida que el dolor se lo permita.

CALOR

Evite la exposición al calor extremo durante 4-6 semanas ya que esto puede prolongar la inflamación. Igualmente no podrá exponerse al sol para evitar manchas en sus cicatrices. Luego de ese periodo y cuando su médico lo indique puede hacerlo previa protección de las cicatrices con un Bloqueador Solar con factor de **protección 50+**.

DRENAJE LINFÁTICO

El uso del masaje de drenaje linfático y Ultrasonido Terapéutico en el post-operatorio inmediato favorece su pronta recuperación. Es recomendable iniciarlo tan pronto su dolor haya mejorado y esté en capacidad de desplazarse hasta la clínica. Recuerde que los drenajes linfáticos son de carácter obligatorio.

QUE ESPERAR DESPUES DE LA CIRUGIA

Puede presentar dolor, edema (hinchazón) y hematomas (moratones). También puede notar drenaje de sangre o suero en las gasas y vestimentas por varios días. Igualmente puede observar pequeñas asimetrías y mayor dolor e inflamación en un lado del cuerpo.

En raras ocasiones hay complicaciones importantes después de una Cirugía Plástica. Sin embargo, le recomendamos que contacte a su médico en caso de:

- Dolor severo que no responde a los analgésicos prescritos por su médico y tomados regularmente.
- Náuseas y vómitos persistentes
- Drenaje espeso, maloliente o sangrado que no cede. Fiebre mayor de 38,5 C
- Enrojecimiento, aumento de temperatura o endurecimiento en la zona operatoria.

Cualquier eventualidad llamar al **Dr. Claudio Colombo** al +34 686788202, a la **Ft. Mariam Torbey** al+34 666168075 o la **Lic. Adriana Diaz** +34 618247728.

Dr. Claudio Colombo
COLEGIADO # 282874549