

CIRUPLASTICA

Miembros de la sociedad
Colombiana de cirugía plástica

RINOPLASTIA

¡Hola! **Bienvenida a tu postoperatorio!** De aquí en adelante lo que más vas a necesitar es PACIENCIA, mucha paciencia, contigo, con tu cuerpo, con tu familia y con todos nosotros. Sabemos y somos conscientes que no es un proceso sencillo, pero con buena actitud, disposición y siguiendo las indicaciones, tendrás tu resultado ideal.

Cuenta con nosotros en todo momento, nos puedes llamar o escribir al siguiente número: 312 3069977



1. RECOMENDACIONES

POSTOPERATORIAS

- ▶ No utilizar gafas los primeros meses
- ▶ No consumir alcohol
- ▶ No fumar, ni estar cerca de fumadores
- ▶ No consumir marihuana, hongos, LSD o cualquier sustancia psicotrópica
- ▶ No tener relaciones sexuales (1 mes)
- ▶ No manipular drenes ni heridas
- ▶ No manejar ni carro, ni moto durante 20 días
- ▶ No sol, mar, piscina, baño turco (tres meses)

**ES NORMAL QUE DESPUÉS DE _____
TU CIRUGÍA SIENTAS:**

CANSACIO 

INFLAMACIÓN 

MAREO 

DOLOR 

INAPETENCIA 

TRISTEZA 

PALIDEZ 



2. NUESTRA ENFERMERA

La enfermera **te acompañará en tu casa**. Ella te explicará detalladamente cómo tomar los medicamentos, qué alimentos consumir y cuáles evitar. Te ayudará a dormir en la posición más adecuada.



Además, te informará sobre **los signos de alarma** a los que debes estar atenta, tomará tus signos vitales y te asistirá para ir al baño. También te mostrará cómo despejar la nariz con suero fisiológico si llegaras a necesitarlo.

1. Norfloxacin por 400 mg cápsulas #20
Tomar una cada 12 horas
2. Cefradina x 500 mgs cápsulas # 24
Tomar 1 cápsula cada 8 horas
3. Ketoprofeno x 100 mgs tabletas # 20
Tomar 1 tableta cada 12 horas
4. Acetaminofén + Codeína x 325 mgs tabletas # 20
Tomar 1 tableta cada 8 horas
5. Enoxaparina x 40 uds Ampollas #10-20
Aplicar 1 ampolla subcutánea cada 24 horas
6. ASA x 100 mgs tabletas # 40
Tomar 1 tableta cada 24 horas por 40 días Iniciando después de la Enoxaparina.
7. Uso de medias antiembólicas por 40 días y 40 noches
7. Caminar 10 minutos cada hora hasta las 10:00pm

Los medicamentos son los de la fórmula, por los días que indica el doctor, cuando se te acaben no debes tomar más.

3. BÁÑATE LA CARA

DIARIAMENTE

BÁÑATE LA CARA DIARIAMENTE Y APLICA PROTECTOR SOLAR 3 VECES AL DIA

Después de la cirugía la piel es **más fotosensible** y si no aplicas protector solar te pueden quedar manchas permanentes.

Los tapones que dejamos en la nariz, van a ser retirados de ocho a quince días siguientes a tu cirugía, es normal que durante esos primeros días no puedas respirar bien, por lo que es importante tomes agua y tengas miel cerca, esto te ayudará a mantener la garganta humectada, ya que va a estar un poco más seca de lo normal.

El proceso de desinflamación de la nariz es uno de los más lentos de toda la cirugía plástica, no solamente se trabaja la piel, también los cartílagos, grasa y huesos que componen la nariz, así que la nariz va a pasar por un proceso de inflamación largo que puede ir entre los seis meses a un año o en algunos casos un poco más.

Después de retirar los tapones, te puedes realizar baños nasales, compra en cualquier farmacia una bolsa de suero fisiológico y jeringas, puedes **hacerte baños** de 5 cm de suero fisiológico, tres veces al día, esto te ayudará a remover el moco y la sangre que pueden haber quedado después del procedimiento.



También es importante que sepas que la piel y el cuerpo en general tienen memoria y van a tratar de recuperar su forma original, por eso es importante utilizar la férula y el vendaje durante el tiempo que sea necesario, si te lo retiras antes de tiempo, puedes dañar la cirugía. En este punto también te quiero pedir que **no te compares con nadie**, cada cuerpo evoluciona diferente, hay cuerpos que se demoran un poco más en desinflamar y la reacción al **procedimiento puede ser diferente**. Ten paciencia.



Para una pronta recuperación, por favor, camina, la recomendación es **caminar 10 minutos cada hora**.

Normalmente, los puntos son reabsorbibles; sin embargo, y dependiendo de cada caso, pueden haber puntos de refuerzo, estos se retiran a los 20 días o al mes, depende de tu evolución.

Recuerda que la cicatrización y desinflamación, dependen de tu alimentación, tu estado de ánimo, la tranquilidad con la que lleves tu proceso, la actitud que le pongas a la recuperación y también tu genética, el doctor hizo todo lo posible para que cicatricen bien, de aquí en adelante dependemos de cómo reacciona tu cuerpo.

7. ALIMENTACIÓN



En tu celular tienes una **guía completa postoperatoria de alimentación**, por favor sigue estas recomendaciones al pie de la letra, está **prohibido** el consumo de azúcar y grasas durante los primeros 3 meses, la dieta incluye comer: carne, pollo, pescado, frutas, verduras, legumbres, té y también alguna harina.

Prohibido: Azúcares y Grasas Saturadas No debes consumir alimentos procesados, azúcares refinados y grasas saturadas. Estos alimentos irritan la cicatriz y no permiten una adecuada recuperación.



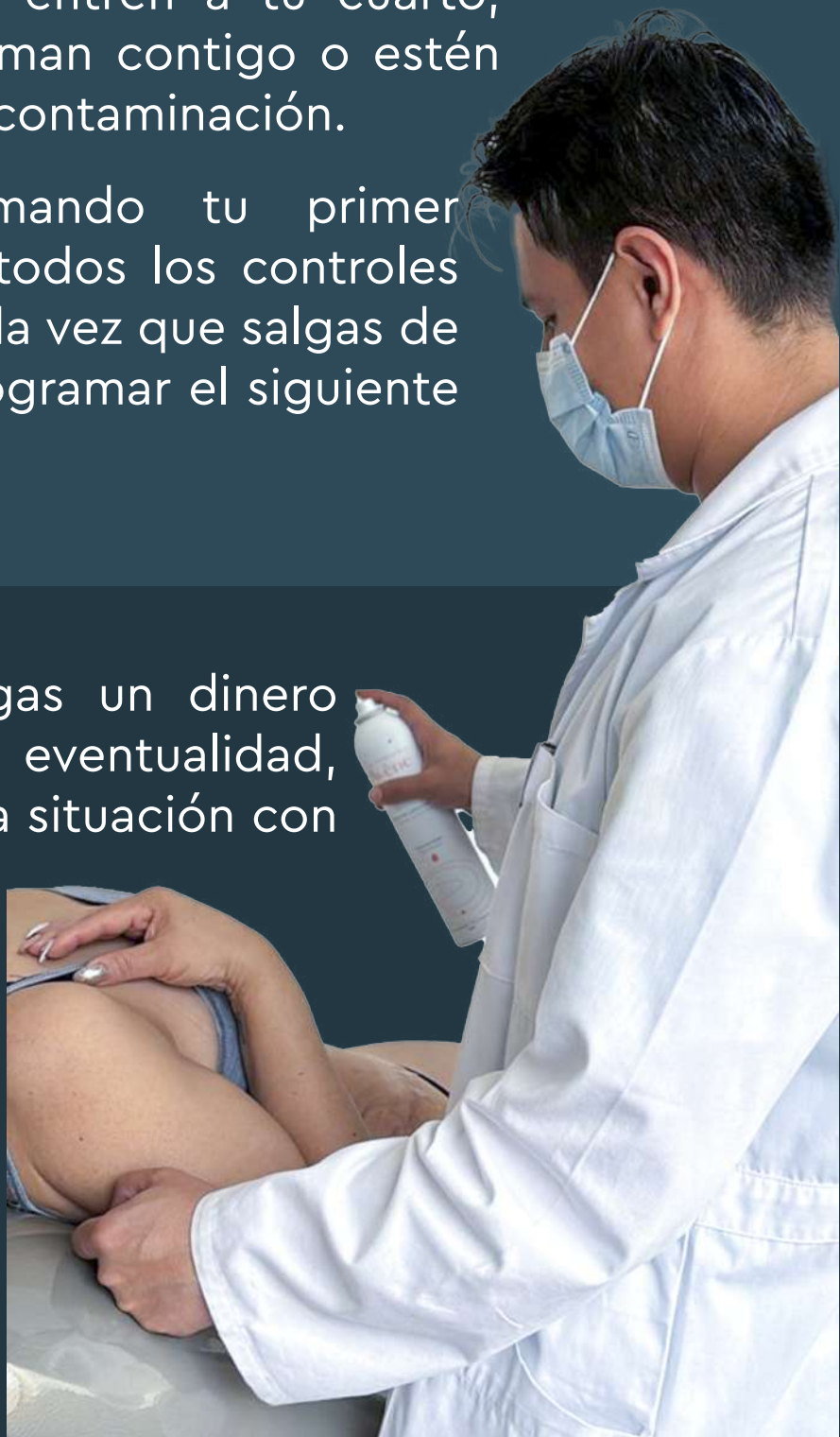
La **ropa de cama debe lavarse** y cambiarse con frecuencia, el día de tu cirugía debe estar recién lavada para evitar cualquier tipo de contaminación.

Para dormir, te recomiendo que tengas varias almohadas en tu cabecera y trates de dormir semisentada, a medida que vayan pasando los días te vas a poder acostar totalmente horizontal.

Evita que tus mascotas entren a tu cuarto, mucho menos que duerman contigo o estén cerca para evitar alguna contaminación.

Te estaremos programando tu primer control, vamos a tener todos los controles que sean necesarios, cada vez que salgas de tu cita, asegúrate de programar el siguiente control en la recepción.

Es bueno que mantengas un dinero extra para cualquier eventualidad, nadie está exento de una situación con las cicatrices, en las que se puede requerir medicamentos especializados, terapias en cámara hiperbárica o implementos extra.



8. SUEROTERAPIA

En tu **primer control**, te colocaremos **vitaminas** para que tengas una rápida recuperación, **te ayudará** a cicatrizar y te dará energía para seguir adelante con el proceso, la primera sesión está incluida, lo recomendable es que tomes al menos 3 sesiones, esto te ayudará a cicatrizar mas rapido y mejor.

Para tus controles te pedimos que vengas con disponibilidad de tiempo, ya que nuestra agenda puede verse afectada por el estado de cada paciente, hay personas un poco más sensibles al dolor que otras y esto puede retardar la consulta, no es frecuente, pero puede pasar.



9. MANEJO DEL ESTREÑIMIENTO

Es común experimentar estreñimiento. Para aliviarlo, incluye en tu **dieta alimentos ricos en fibra** como mango, papaya, pitaya, piña, semillas de chía, linaza y hojuelas de avena en agua. Si estas medidas no son suficientes, puedes considerar el uso de un **laxante suave como Dulcolax**.

PAPAYA



CIRUELA



PITAHAYA



LINAZA



10. EJERCICIO

Puedes comenzar a **hacer ejercicio** después del **tercer mes** de haberte realizado la cirugía. Es importante iniciar con actividades suaves y evitar saltos o ejercicios de alto impacto. A medida que te sientas más cómoda, **incrementa gradualmente** la intensidad y la fuerza en tus rutinas, incluyendo eventualmente ejercicios con pesas. Escucha siempre a tu cuerpo y avanza de manera progresiva para asegurar una recuperación segura y efectiva.



11. SIGNOS DE ALARMA



- ▶ Fiebre cuantificada mayor a 38.3 grados.
- ▶ Vómito que no se detiene (5 episodios por hora).
- ▶ Frecuencia cardiaca mayor a 140 latidos por minuto.
- ▶ Deposiciones diarreicas, más de 5 por hora.
- ▶ Dificultad para respirar.
- ▶ Pérdida de la conciencia en más de 3 episodios seguidos.
- ▶ Dificultad para orinar después de las primeras 12 horas.

12. PÓLIZA

La póliza **es un seguro médico** que solo te cubre la hospitalización y tratamiento en caso de que exista alguna complicación postoperatoria que comprometa tu vida o tu salud, como una infección o un tromboembolismo, entre otras.

BIENVENIDO A TU PÓLIZA DE:
COMPLICAICONES DE CIRUGÍA



POR FAVOR COMUNIQUESE CON LA LINEA DE
ATENCIÓN DOMICILIARIA:



+57312 3069977

ATENCIÓN 24/7

RESULTADOS

Los resultados de la cirugía se pueden ver a partir del mes o tres meses de operada, los primeros días te vas a ver inflamada y con hematomas; la forma puede que no te guste, esto es normal y va a pasar, también es bueno que sepas, que debido a todo lo anterior, al

tercer o cuarto día de operada, vas a estar más sensible emocionalmente y puede que te dé un poco de depresión. Las infusiones de toronjil y manzanilla te van a ayudar mucho a manejar esos días. Estos sentimientos pueden durar tres o cuatro días.



Es importante que mantengas un trato cordial, educado y respetuoso con el personal administrativo, enfermeras, esteticistas y equipo médico, entendemos que no es un proceso sencillo, algo doloroso y un poco demorado, pero ya que iniciaste este camino, debes poner la mejor actitud para que el resultado sea el esperado, **estás en las mejores manos** y con un excelente equipo de trabajo.

Te agradecemos la confianza que nos has dado y por favor cuenta con nosotros para cualquier cosa que necesites, juntos lograremos un excelente resultado.



ciruplastica.com.co



info@ciruplastica.com.co



ciruplastica.com.co



(320) 223 5139 · (312) 306 9977 · (320) 482 8821