

Después de la cirugía

- ✓ Lleva una dieta sana. Evita consumir azúcar, harinas blancas y refinadas, fritos procesados, embutidos, leche de vaca y derivados, carnes rojas, huevos, bebidas alcohólicas y el cigarrillo.
- ✓ Evita las actividades que requieran esfuerzo.
- ✓ Inicia caminatas suaves en las horas de la mañana o de la tarde, según recomendación médica.
- ✓ Consume tus medicamentos siguiendo las recomendaciones de tu médico.
- ✓ Lava cuidadosamente la piel cercana a la incisión todos los días con agua y jabón suave. Puedes ducharte un día después de la cirugía.
- ✓ No retires los vendajes o curaciones hasta que el profesional en salud te lo indique.
- ✓ Asiste a las citas de seguimiento postoperatorio.
- ✓ Descansa lo suficiente, aumenta tus horas de sueño.
- ✓ Si es una cirugía plástica, debes evitar la exposición al sol del área operada durante los primeros cuatro meses y no tener relaciones sexuales durante el primer mes.

Nota: Cuidados de la herida

1. Si la cirugía fue abdominal o de tórax, sostén la incisión con una almohada o cobija cuando tosas o cambies de posición.
2. Recuerda seguir las recomendaciones de tu médico tratante.



Reacciones postoperatorias

1. Náuseas y vómito como consecuencia de la anestesia.
2. Dolor en la garganta como consecuencia de la ventilación artificial.
3. Dolor e hinchazón al rededor de la incisión.
4. Intranquilidad y somnolencia.
5. Estreñimiento y flatulencia.



Recomendaciones para pacientes de cirugía general y plástica



Signos de alarma



- ✓ Dolor en la zona de la incisión, enrojecimiento, inflamación, supuración u olor fétido.
- ✓ Diarrea o estreñimiento.
- ✓ Falta de apetito.
- ✓ Color amarillento en la piel o en los ojos.
- ✓ Fiebre de más de 38°.
- ✓ Orina oscura o deposición de un color diferente al habitual.
- ✓ Mareo o aturdimiento.
- ✓ Sangrado inusual o en exceso.
- ✓ Náuseas o vómito persistente.
- ✓ Apertura o desgarramiento de las heridas

Ten en cuenta antes del procedimiento

- ✓ Si requieres reserva de sangre, realiza la solicitud 2 días antes del procedimiento en el laboratorio clínico.
- ✓ Suspende los medicamentos de control, según la indicación médica.
- ✓ Toma un baño general y rasura el sitio de la cirugía.
- ✓ Asiste en ropa cómoda. No uses maquillaje, joyas, esmalte en las uñas de manos y pies, no apliques perfumes.
- ✓ El día del procedimiento debes tener como mínimo 8 horas de ayuno.
- ✓ Preséntate en el lugar citado una hora y media antes y realiza el proceso de facturación según corresponda.
- ✓ Debes presentarte con un acompañante mayor de edad que cuente con disponibilidad de tiempo.
- ✓ Presenta los exámenes que te hayan realizado anteriormente: radiografías, laboratorios, doppler, electrocardiograma, entre otros.
- ✓ Informa al equipo médico sobre tus alergias a medicamentos o alimentos.
- ✓ Si utilizas lentes de contacto, anteojos, audífonos o prótesis móviles, retíralas antes de la cirugía.

