



UTAH FACIAL PLASTICS

Transformation you can Trust

CIRUGÍA FACIAL UTAH

Confía en nuestras transformaciones

INSTRUCCIONES PREOPERATORIAS PARA LA BLEFAROPLASTIA EN CONSULTA

3-4 SEMANAS ANTES DE LA OPERACIÓN

- **Fumar.** El consumo de tabaco, cigarrillos y nicotina provocará una mala cicatrización de la herida, tiempos de cicatrización más largos y exceso de cicatrización. Debe dejar de consumir estos productos más de 4 semanas antes de la intervención. En caso contrario, se cancelará la intervención.

2 SEMANAS ANTES DE LA OPERACIÓN

- **Restricciones de dieta y de uso de suplementos.** Evite el consumo de alimentos, bebidas y suplementos herbales que puedan aumentar el riesgo de hemorragias y hematomas. No utilice aspirina, ibuprofeno, naproxeno, Motrin, anticoagulantes, vitamina E, omega-3, aceite de pescado ni alcohol. Utilice Tylenol en lugar de otros analgésicos sin receta.
- **Vitamina C.** Comience a tomar 1000 – 3000 mg al día, según tolerancia, durante dos semanas. La vitamina C ayuda a la cicatrización de heridas.
- **Postoperatorio.** Si tras haberse realizado la cirugía, el destino al que se dirige se encuentra a más de 60 minutos de la oficina, deberá quedarse.

1 SEMANA ANTES DE LA OPERACIÓN

- **Revise las instrucciones con el paramédico.** Confirme quién lo acompañará hasta y durante la operación y se quedará con usted al menos las 24 siguientes a la operación. Los cuidadores deben ser mayores de 18 años.
- **Alcohol.** No beba alcohol durante una semana antes y después de la intervención. El consumo de alcohol puede elevar la tensión arterial e iniciar hemorragias.
- **Pestañas postizas.** Quítese las pestañas postizas y las extensiones.

LA NOCHE ANTES DE LA OPERACIÓN

- **Hora de llegada.** Nuestra oficina contactará con usted el día anterior a la intervención para comunicarle la hora de llegada. Si no recibe una llamada o en caso de que desee realizar algún tipo de consulta, llame al número que aparece a continuación: Cirugía Plástica de Utah: (801)-776-2220
- **Ducha.** Durante la noche o bien la misma mañana de la cirugía deberá ducharse y lavarse el pelo. Esto le ayudará a reducir el riesgo de infección mediante la eliminación de bacterias. Llegue el día del procedimiento con la cara limpia.
- **Prepare el área de recuperación en su casa.** Esto puede incluir almohadas, mantas, libros, televisión y cualquier otro objeto que le ayude a recuperarse con total comodidad. Asegúrese de que los objetos de uso habitual se trasladan a esta zona, donde son accesibles y están al alcance de la mano.

DÍA DE LA OPERACIÓN

- Coma y beba como de costumbre. **NO** tome cafeína.
- **Vístase con ropa cómoda**, limpia y holgada. Es preferible llevar camisas que puedan abotonarse o permitan subir la cremallera.
- **NO** use maquillaje, cremas hidratantes, joyas, cremas cosméticas, productos para el cabello, protector solar, quítese todos los piercing y joyas.
- **Lentillas.** No lleve lentes de contacto. Recuerde traer sus gafas para firmar la documentación necesaria.

INSTRUCCIONES POSTOPERATORIAS PARA LA BLEFAROPLASTIA EN CONSULTA

24 HORAS DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

- **Elevación de la cabeza.** Duerma boca arriba con la cabeza elevada en una posición de 30-40 grados (2-3 almohadas) para minimizar la hinchazón. No duerma de lado. Colocar una almohada bajo sus rodillas puede ayudarle a no girarse mientras duerme. Continúe así durante una semana dependiendo de la hinchazón.

MEDICAMENTOS

- **Antibióticos.** Tome su pastilla de antibiótico 1 hora antes de la cirugía y tome todos los antibióticos prescritos por el médico después de la cirugía hasta terminarlos.
- **Analgésicos.** Se le recetarán analgésicos para controlar el dolor postoperatorio. Si sus molestias después de la cirugía no son fuertes, podrá tomar Tylenol Extra-fuerte en lugar de la medicación prescrita. No tome Tylenol con la medicación para el dolor, ya que la mayoría de las veces la medicación que se le prescribe contiene Tylenol. **No tome más de 3.000 mg de este fármaco en un periodo de 24 horas.** Tome la medicación con la comida para reducir el riesgo de náuseas.
- **Estreñimiento.** Los analgésicos pueden provocar estreñimiento. Se puede utilizar cualquier ablandador de heces de venta libre como Metamucil o Colace. Empiece a tomar laxantes con los analgésicos narcóticos para evitar que se produzca estreñimiento.
- **Náuseas.** Algunos analgésicos pueden provocar náuseas. Es mejor comer algo pequeño 20 minutos antes de tomar el analgésico. Manténgase hidratado con pequeños sorbos de bebidas sin cafeína (por ejemplo, Ginger ale, Sprite, Gatorade).
- **Medicamentos a evitar.** Evite los medicamentos que contengan aspirina o ibuprofeno (Advil, Motrin, Naproxeno, etc.) durante dos semanas antes y después de la cirugía. Estos medicamentos pueden aumentar la hemorragia.
- **Sustancias a evitar.** Evite el alcohol, la nicotina y la cafeína, ya que ralentizan de manera considerable el proceso de cicatrización.

ACTIVIDAD

- **El movimiento es importante.** Asegúrese de levantarse y caminar inmediatamente después de la operación. Cuando esté acostado en la cama o en el sofá, asegúrese de mover las piernas y los tobillos. El movimiento ayuda a prevenir la formación de coágulos y favorece la circulación sanguínea. Si tiene hijos pequeños, flexione las rodillas o siéntese en el suelo y deje que se suban a su regazo. Un esfuerzo excesivo puede provocar hemorragias e hinchazón prolongada.
- **Conducir.** NO conduzca un vehículo ni tome decisiones importantes hasta que haya dejado de tomar analgésicos durante 24 horas. La conducción está restringida de 3 a 5 días después de la intervención. Respete las indicaciones.
- **Actividad física.** Evite agacharse, levantar peso, realizar esfuerzos y actividades aeróbicas durante 2-3 semanas o hasta que su cirujano se lo autorice.
- **Viajar.** El grado de hinchazón aumentará con los viajes en avión y esto puede suceder 6-8 semanas después de la cirugía.
- **Cuidado facial.** Limpie su cara con suavidad usando jabón dos veces al día después de la primera semana mediante movimientos ascendentes no bruscos. No utilice productos químicos agresivos ni cremas en el rostro hasta que hayan cicatrizado todas las incisiones y sus cirujanos le hayan aconsejado que puede volver a su régimen normal de cuidado de la piel.
- **Fumar.** Debe evitarse estrictamente fumar, ya que interfiere en el riego sanguíneo de los tejidos y ralentiza y dificulta el proceso de cicatrización.
- **Bañeras de hidromasaje y piscinas.** No debe bañarse en jacuzzis ni nadar en piscinas hasta que las incisiones hayan cicatrizado y el cirujano lo haya aprobado, lo que suele tardar entre 4 y 6 semanas.

CÓMO CUIDAR LAS INCISIONES

- **Limpieza de las incisiones.** Impregne una esponja de algodón con agua salina. Aplique suavemente el hisopo sobre las líneas de incisión 2 veces al día y, a continuación, aplique una cantidad generosa de pomada antibacteriana de venta con receta (eritromicina). Mantenga las suturas lubricadas con pomada para evitar la formación de costras y, además, ayudar a que las suturas se disuelvan más rápido y su retirada sea menos dolorosa. También permite que las líneas de incisión se curen con cicatrices mínimas.
- **Tratamiento de la cicatriz.** Después de que las suturas se retiren o se disuelvan, se recomienda el uso de SkinMedica Scar Recovery Gel (puede comprarse en el mismo consultorio) o un aceite de vitamina E sobre sus incisiones curadas para ayudar a minimizar la aparición de cicatrices.
- **Compresas frías.** Después de la cirugía, se pueden utilizar compresas frías sobre los ojos para minimizar la hinchazón y controlar los hematomas. Las compresas frías DEBEN ser ligeras. Aplique hielo solo durante 20 minutos por la mañana y 20 minutos por la noche. No aplique hielo en exceso, ya que puede provocar la ruptura de la piel y nunca lo haga de manera directa. No aplique hielo si se va a realizar un injerto de grasa.
- **Exposición al sol.** Evite la exposición al sol en la medida de lo posible, lo que optimizará la cicatrización y minimizará la hinchazón. Durante el primer año después de la cirugía, es crucial utilizar un SPF de 30+ o llevar sombrero cuando esté al aire libre. Incluso una quemadura solar leve puede causar decoloración permanente, empeorar la hinchazón e irritar una incisión que está cicatrizando.
- **Maquillaje.** No se maquille los ojos durante los 12 días siguientes a la intervención. Después ese tiempo, podrá aplicar maquillaje a lo largo de las incisiones para camuflar cualquier hematoma o enrojecimiento.

QUÉ ESPERAR

- **Hinchazón y decoloración.** Cabe esperar hinchazón y hematomas en los tejidos circundantes, los que podrían empeorar al segundo y tercer día de la intervención. No es inusual que un lado de la cara esté más hinchado que el otro. Esto es temporal y mejorará en las próximas semanas.
- **Hemorragias.** No es inusual que se produzca una ligera hemorragia en los puntos de incisión durante los primeros días después de la intervención. Si intenta realizar actividades extenuantes, estornudar, levantar objetos pesados o inclinarse hacia adelante, podrán agravarse la hemorragia y la hinchazón.
- **Bolsas.** Es posible que sienta o vea algunas bolsas a lo largo de las incisiones en cicatrización. Esto es normal, pero debería desaparecer en pocas semanas; en algunos casos, puede tardar varios meses.
- **Depresión.** Puede experimentar un período de depresión leve después de la cirugía estética. Esto está relacionado con la impresión de ver su cara hinchada y descolorida. Recuerde que esto es temporal y una vez que el proceso de curación haya terminado, podrá disfrutar de los resultados de su cirugía. Trate de no comparar su recuperación con la de los demás, cada uno se cura a su manera.
- **Resultados.** Espere ver sus resultados entre 6 y 12 meses, ya que el proceso de cicatrización lleva su tiempo.

SITUACIONES DE EMERGENCIA: CUÁNDO LLAMAR A LA CONSULTA O ACUDIR AL HOSPITAL

- **Signos de infección.** Enrojecimiento que se esparce por el rostro, empeoramiento de la hinchazón, aumento de la supuración o drenaje de pus, intensidad del dolor y calor en el lugar de la incisión. Temperatura superior a 38 °C.
- **Reacciones a medicamentos.** Si desarrolla urticaria, sarpullido o picazón es probable que sea alérgico a este tipo de medicamentos.
- **Otras situaciones de emergencia.** Falta de aliento o dificultad para respirar, dolor en el pecho, mareo que no se resuelve rápidamente, vómitos intensos, dolor o hinchazón asimétrica en las piernas.

Servicio de respuesta fuera de horario de Cirugía Facial Utah - 801-299-7660

TIPO DE CITA	FECHA/HORA	LUGAR	PROVEEDOR/PERSONAL
Cirugía:			
Día postoperatorio 6-7:			
2 semanas de seguimiento:			