



UTAH FACIAL PLASTICS

Transformation you can Trust

INSTRUCCIONES PREOPERATORIAS PARA LEVANTAMIENTO DE CEJAS

3-4 SEMANAS ANTES DE LA CIRUGÍA:

- Obtener evaluación médica. Si Utah Facial Plastics se lo indica, visite a su médico de atención primaria para completar su evaluación médica. Esto debe completarse al menos 2 semanas antes de la cirugía. Todos los resultados se pueden enviar por fax al 801-615-2258.
- Fumar. el consumo de tabaco, cigarrillos y nicotina causará una mala cicatrización de las heridas, tiempos de cicatrización más largos y cicatrices excesivas. Debe suspender estos productos más de 4 semanas antes de la cirugía. De lo contrario, se cancelará la cirugía.

INICIO: 2 semanas antes de la cirugía

- **RESTRICCIONES de DIETA/SUPLEMENTOS:** evite los alimentos, bebidas y suplementos de hierbas que pueden aumentar el riesgo de hemorragias y moretones. Evite tomar aspirina, ibuprofeno, naproxeno, Motrin, anticoagulantes, vitamina E, omega-3, aceite de pescado y bebidas alcohólicas. Use Tylenol en lugar de otros analgésicos de venta libre.
- **Vitamina C.** Comience a tomar 1000 – 3000 mg por día según lo tolerado por 2 semanas. La vitamina C ayuda en la cicatrización de heridas.
- **Post cirugía.** Si su destino después de la cirugía está a más de 60 minutos de la oficina, debe planear quedarse en el hospital.

1 SEMANA ANTES DE LA CIRUGÍA:

- Revise las instrucciones con el cuidador. Confirme quién lo llevará hacia y desde la cirugía y se quedará con usted durante al menos 24 horas después de la operación. Los cuidadores deben ser mayores de edad.
- **Pestañas falsas.** Quítese las pestañas postizas, incluidas las extensiones o las tiras de pestañas.

Un día antes de la cirugía:

- **Hora de llegada:** El centro de cirugía lo llamará el día antes de la cirugía para comunicarle la hora de llegada. Si no recibe una llamada o si tiene más preguntas, llame al número correspondiente a continuación:
 - Lakeview Hospital: (801)-299-2160
 - Hospital Lone Peak: (801)-545-8000
 - Centro quirúrgico de Utah Facial Plastics en la ciudad de Draper: (801)-776-2220

La noche previa a la cirugía

- **NO COMA NI BEBA NADA DESPUÉS DE LA MEDIANOCHE O LA CIRUGÍA SE CANCELARÁ.** Si se lo recetan, tome los medicamentos con un pequeño sorbo de agua.
- **Establecer un área de recuperación en el hogar:** esto puede incluir almohadas, mantas, libros, televisión y cualquier otra cosa para ayudar a una recuperación cómoda.

El día de la cirugía

- Vístase cómodamente: use ropa cómoda, limpia y holgada. Se prefieren las camisas que se pueden abotonar o cerrar con cremallera.
- NO use maquillaje, joyas, cremas cosméticas, productos para el cabello, esmalte de uñas, protector solar y elimine todos los *piercing*.

INSTRUCCIONES PREOPERATORIAS PARA LEVANTAMIENTO DE CEJAS

NOCHE DE LA CIRUGÍA

- El movimiento es importante: asegúrese de estar de pie y caminando enseguida después de la cirugía. Cuando se acueste en la cama o en el sofá, asegúrese de mover las piernas y los tobillos. No se agache, no levante objetos ni haga esfuerzos. Respire profundo con frecuencia para mantener los pulmones despejados.
- Sueño: duerma boca arriba con la cabeza elevada unos 30-40 grados (2-3 almohadas). No duerma de lado. Mantenga el cuerpo más erguido y así se minimizará la hinchazón. Continúe con este procedimiento durante una o dos semanas.
- Hielo después de la cirugía de cejas: durante el día y la noche de la cirugía, puede colocar hielo en la frente para mayor comodidad (usar durante 20 minutos y retirarlos unos 15 minutos). Puede aparecer hinchazón y moretones; si aparecen, por lo general desaparecerán en los próximos días. Se recomienda aplicar hielo durante 24-48 horas (aproximadamente 2 días); después de este período podrá usarlo con asiduidad para una mayor comodidad. No aplique hielo de manera directa sobre la piel, utilice siempre una toalla limpia como barrera entre la piel y el hielo.

MEDICAMENTOS

- Dolor: se le recetará un analgésico para el control del dolor postoperatorio. Si su malestar después de la cirugía no es fuerte, podrá tomar Tylenol en lugar del medicamento recetado. No tome Tylenol con el medicamento para el dolor, a menudo el medicamento que le recetan contiene este principio activo. Tome todos los medicamentos con alimentos para reducir el riesgo de náuseas.
- Náuseas: las náuseas son comunes con este procedimiento. Se le recetará Phenergan para aliviar este malestar.
- Estreñimiento: experimentará estreñimiento si toma analgésicos narcóticos. Se recomienda MiraLAX u otros laxantes de venta libre. No espere a tomarlo hasta que esté estreñido.
- Medicamentos que debe evitar: tome solo los medicamentos aprobados o recetados por su cirujano. Evite los medicamentos que contengan aspirina o ibuprofeno (Advil, Motrin, Ibuprofeno, otros) durante dos semanas antes y después de la cirugía. Estos medicamentos pueden aumentar el sangrado.
- Sustancias que debe evitar: evite el alcohol, la nicotina y la cafeína, ya que ralentizarán drásticamente el proceso de curación.

ACTIVIDAD

- Actividad física: la actividad diaria normal puede reanudarse unos días después de la cirugía. Evite agacharse, levantar más de 2,50 kg o esforzarse durante una o dos semanas. No use ninguna prenda en la cabeza durante al menos una semana.
- Productos cosméticos: no use maquillaje ni cremas faciales durante los primeros 4 días después de la cirugía. No pince las cejas durante una semana.

- **Ejercicio:** el ejercicio ligero puede reanudarse 2-3 semanas después de la cirugía. Recuerde comenzar de manera simple y volver a sus niveles de ejercicio anteriores. A las 4-6 semanas o cuando su cirujano lo indique, se puede comenzar a hacer ejercicio más intenso. Solo sepa que la hinchazón puede empeorar de modo transitorio con el ejercicio.
- **Conducción:** NO conduzca un vehículo ni tome decisiones importantes hasta que haya estado sin analgésicos durante 24 horas. Utilice su sentido común.
- **Regreso al trabajo:** la mayoría de los pacientes requieren de 5 a 7 días fuera del trabajo, dependiendo de sus responsabilidades laborales y la cantidad de interacción cara a cara.

BAÑO

- Se permite bañarse si no se moja las incisiones/el cabello durante al menos dos días después de la cirugía. Se recomienda ducharse y lavarse el cabello con un champú suave la noche anterior y la mañana de la extracción de la sutura (por lo general, el día 5 o 7 después de la operación).
- **Cuidado del cabello:** se permite peinarse ligeramente con un peine grande y dentado, sin embargo, tenga mucho cuidado de no enganchar ninguna sutura o grapa. Los secadores de pelo se pueden utilizar en un entorno bajo y fresco para ayudar a secar el cabello. Abstenerse de teñirse el cabello durante 5 semanas después de la cirugía.
- **Bañeras de hidromasaje/Baños/Piscinas:** no usar bañeras de hidromasaje o *jacuzzi* hasta que sus incisiones hayan sanado, y aprobado por su cirujano, que suele ser de alrededor de 2 semanas. Lo mejor es esperar un mes para usarlos, ya que tienden a tener más bacterias que las piscinas cloradas normales.

CÓMO CUIDAR SUS INCISIONES

- **Costras:** en determinadas ocasiones, pueden aparecer costras en la línea de incisión. No las toques. Si la línea de incisión está dentro del cabello, la ducha ayudará a resolver esto por sí sola. Si su línea de incisión está a lo largo de la línea del cabello, puede limpiar suavemente con agua oxigenada al 50 % P/V con ayuda de un hisopo de algodón suave y aplique bacitracina/polisporina después para mantener las incisiones húmedas.
- **Exposición al sol:** evite y minimice la exposición al sol. Use un filtro solar de 30 o más cuando esté al aire libre. Incluso una quemadura solar leve puede empeorar la hinchazón, irritar una incisión que se está curando y causar una decoloración permanente de la cicatriz.

Qué es de esperar

- **Moretones:** pueden aparecer moretones. La mayoría sanarán después de unas 2-3 semanas. El hematoma pasará de un color púrpura a un tono amarillo/verde a medida que comience a curarse.
- **Hinchazón:** se espera hinchazón en los tejidos circundantes durante las primeras semanas. Puede sentirse "tirado o apretado" debido a la hinchazón. No es inusual tener hinchazón desigual o abultada en un lado en comparación con el otro, esto se resolverá a medida que la hinchazón se asiente.
- **Picazón:** la picazón en los sitios de la incisión es normal durante unos días o semanas a medida que se recupera. Puede tomar Benadryl para ayudar con esto.
- **Dolor:** es normal experimentar opresión, dolor punzante agudo, presión, dolor y fatiga durante varios días o semanas después de la cirugía a medida que se recupera. Puede colocar una compresa ligera y fría en la parte superior de los ojos y la frente durante un máximo de 48 horas para ayudar a aliviar la hinchazón y las molestias.
- **Adelgazamiento del cabello:** puede experimentar un adelgazamiento transitorio del cabello en las áreas adyacentes a la línea de sutura. Esto también es normal y se resolverá con el tiempo.

- *Cambios sensoriales en la piel:* puede sentir entumecimiento en la línea de incisión, la frente y las áreas circundantes. Esto es normal y debería desaparecer después de unas semanas.

SITUACIONES DE EMERGENCIA: CUÁNDO LLAMAR AL CONSULTORIO O ACUDIR AL HOSPITAL

- *Signos de infección:* propagación del enrojecimiento, empeoramiento de la hinchazón, aumento del drenaje o drenaje de pus, empeoramiento del dolor, calor en el sitio de la incisión y temperatura superior a 36.8 °C.
- *Sangrado excesivo:* si los apósitos están saturados de sangre roja brillante y tiene que hacer cambios de apósito muy frecuentes.
- *Otras situaciones de emergencia:* falta de aliento o dificultad para respirar, dolor en el pecho, mareos que no se resuelven rápidamente, vómitos intensos, dolor o hinchazón asimétrica en las piernas.

Servicio de Contestación de Plásticos Faciales de Utah fuera de horario: 801-299-7660

Tipo de cita	FECHA / HORA	UBICACIÓN	PERSONAL/PROVEEDOR
<i>Cirugía Hora por determinar el día anterior</i>			
<i>Día 1 después de la operación cambio de un vendaje</i>			
<i>Seguimiento en la semana 2</i>			