

## **Indicaciones Perioperatorias Cirugías 2022-2023**

### **Semanas antes de la cirugía**

1. No fumar ni beber alcohol al menos por 1 mes previo a la cirugía.
2. No tomar medicamentos a no ser que su cirujano se lo indique. Algunos medicamentos deben ser suspendidos antes de la cirugía ya que aumentan el riesgo de sangrado como: Aspirina, Tratamientos Hormonales, Vitamina E, Homeopatías y otros
3. Informe al Dr. Polanco o a su Equipo de Trabajo las enfermedades que sufre y los medicamentos que consume habitualmente ya que algunos se deben suspender.
4. Si presenta Alergias a algún medicamento, látex o yodo informar a su médico.
5. Debe comprar la faja y/o sostén y llevarlo el día de la operación. Whatsapp para comprarlas +56963367351 y +56974990414
6. Puede pedir la receta de medicamentos para comprarlos antes de la operación si lo desea.
7. Realizar los exámenes preoperatorios solicitados y enviarlos al Dr. Polanco al +56971308081 o al +56979478253
8. Realice la cotización de los costos de la cirugía y debe transferir a la Cuenta Corriente 4882687 del Banco Santander, Diego Polanco, 13649032-k el total de la cirugía hasta 1-2 meses antes de la cirugía para poder reservar el pabellón.
9. Preparación nutricional previa a la cirugía. Puede consultar a nuestra nutricionista quien le orientará en su consulta. WhatsApp +56936959953

### **El día previo a la cirugía**

1. La noche anterior a la operación, tome una ducha, preferentemente con jabón antiséptico en las zonas a tratar (DETOL, Protex, Sangermin) poniendo especial cuidado en axilas, zona genital y perianal, puede lavar su cabello y en la mañana de la cirugía tome solo la ducha con el jabón antiséptico, no puede asistir con el cabello mojado ni húmedo.
2. Los vellos púbicos en hombres y mujeres: puede rebajarlos un poco o si prefiere no manipularlos, ya que a veces generan más inflamación al dañar el folículo piloso.
3. Ayuno de 8 horas antes de su cirugía.
  - Si su procedimiento es por la mañana, tiene que estar en ayunas de alimentos y líquidos (por lo menos 8 horas de ayuno) desde las 23 hrs del día previo
  - Si es por la tarde, desayune liviano, (líquido o licuado) y luego guarde ayuno (un mínimo de 8 horas).

## **El día de su Cirugía**

1. Recordar el ayuno de 8 horas (ni siquiera agua, chicle o dulces).
2. Repetir la ducha con el jabón antiséptico sin mojar el cabello.
3. Presentarse en la Clínica a la hora indicada, generalmente 2 horas antes
4. No use lentes de contacto, maquillaje, cremas, perfume ni esmalte de uñas.
5. Traiga ropa amplia que no se quite por la cabeza, calzado cómodo, lo mismo que usará para el alta.
6. No traiga joyas ni objetos de valor.
7. Debe traer su cédula de identidad, exámenes preoperatorios impresos, faja y/o sostén.
8. Si es menor de edad, deberá venir acompañado de un adulto y no olvide que debe estar presente un acompañante al retirarse de la clínica.
9. Los utensilios de aseo los entrega la clínica en un kit.
10. Traer medicamentos de uso crónico
11. Tómese su cabello con un moño, si lo usa largo.
12. Déjenos un teléfono celular de referencia (acompañante) para comunicarnos desde pabellón al finalizar la cirugía. El Dr. Polanco suele llamar o escribir WhatsApp dando la información de que la cirugía ha finalizado bien.

## **Terminada de su cirugía**

1. Será trasladado a sala de recuperación donde permanecerá durante 2 a 3 horas, luego de lo cual se trasladará a su habitación.
2. Las visitas son restringidas, sólo una persona por paciente en los horarios que la clínica indica.
3. El Dr. Polanco informará a sus familiares, en caso que no pueda comunicarse con ellos, se sugiere averiguar con secretaria de pabellón o enfermeras quien entregará información.

## **Desde el día de alta en adelante**

1. Posición en la cama: cabecero levantado, dormir boca arriba, no boca abajo por 1 mes.
2. Reposo: los primeros 2 días puede tener mayor reposo en cama, levantándose al menos 5 a 7 veces al día, caminando 5 a 7 minutos cada vez que se levante.
3. Deambulación: en algunas cirugías se recomienda caminar un poco inclinada por el primer mes. Recuerde que está recién operada(o) y puede sufrir lipotimias o pequeños desmayos o desvanecimientos si exige demasiado a su organismo. Todo lo debe reiniciar progresivamente y sin apuros.
4. Es muy favorable el movimiento en los pacientes, evita la trombosis, genera una buena circulación sanguínea y por ende es sumamente favorable para la cicatrización, no obstante, este movimiento debe ser lento, suave, evitando forzar las heridas y cicatrices que se están formando en su cuerpo. Usted debe ser responsable de seguir las indicaciones para evitar complicaciones que se suelen deber a no seguirlas adecuadamente.
5. En su informe de alta tiene indicado los medicamentos que debe utilizar con una receta.
6. El uso de la faja es de suma importancia, disminuirá la hinchazón y el dolor, úsela en forma continuada o el máximo de tiempo posible (1-3 meses). Sin embargo NO debe estrangular sus tejidos, ya que existe el riesgo de necrosis o muerte de tejidos por exceso de presión.
7. Las Pantys antiembólicas se usan por 1 mes.
8. Evite hacer fuerza, ejercicios o movimientos bruscos, hasta que el médico lo indique ya que pueden ser la causa de sangrados, apertura de heridas o incluso caídas.
9. Se le indicarán masajes de drenaje linfático posteriormente (costo no incluido en el presupuesto). Recuerde que el cuerpo estará inflamado y estas terapias permiten movilizar los excesos de líquidos y tóxicos en su cuerpo para una mejor recuperación.
10. Se entrega una pauta de alimentación y debe beber abundantes líquidos (mínimo 2 litros diarios).
11. La fecha de su control médico la coordinara el Dr. o su Equipo de trabajo con usted.
12. Si Es portadora de un drenaje con vacío se educará de como vaciarlo y manejarlo. No debe golpearlo o tirarlo ya que pierde su función. Debe mantenerlo limpio, está autorizada a limpiar la manguera o el depósito con alcohol. Llévelo en una bolsa ya que irá a lugares como el baño, consultas médicas, y no puede contaminarse. Anote en una hoja el volumen de recogida cada 24 horas.
13. Primer baño o aseo de las heridas:  
No moje los apósitos que hemos puesto al menos los primeros 48 a 72 horas, lávese por zonas; en el caso de que se mojen, séquelos con precacución.  
Si se desea bañar después del 2 o 3 día, recuerde que las gasas deben cambiarse ya que se mojarán, en cambio si solo lleva telas Micropore, estas resisten la humedad y las debe secar, no cambiar.
14. **LO QUE USTED DEBE TENER CLARO, ES QUE LA RECUPERACIÓN Y NO TENER COMPLICACIONES DE SU INTERVENCIÓN, DEPENDE EN EL PERIODO POST OPERATORIO PLENAMENTE DE USTED, O SEA, DEL AUTO CUIDADO.**

**TRATAMIENTO POSTOPERATORIO DURANTE 7 A 10 DÍAS: EJEMPLO DE HORARIOS**

A las 8:00 AM

|                       |                |
|-----------------------|----------------|
| Paracetamol 1 gramo   | analgésico     |
| Xarelto 10 mg         | anticoagulante |
| Metamizol comprimidos | analgésico     |

A las 12:00 PM

|                      |                                   |
|----------------------|-----------------------------------|
| Diclofenaco 50 mg    | analgésico antiinflamatorio       |
| Cefadroxilo 500 mg o | antibiótico (Primera dosis)       |
| Levofloaxino 500 mg  | antibiótico (SOLO 1 dosis diaria) |

A las 4:00 PM

|                           |            |
|---------------------------|------------|
| Paracetamol 1 gramo       | analgésico |
| Metamizol 1-2 comprimidos | analgésico |

A las 8:00 PM

|                   |                             |
|-------------------|-----------------------------|
| Diclofenaco 50 mg | analgésico antiinflamatorio |
|-------------------|-----------------------------|

A las 12:00 AM

|                     |                             |
|---------------------|-----------------------------|
| Paracetamol 1 gramo | analgésico                  |
| Cefadroxilo 500 mg  | Antibiótico (Segunda dosis) |

A las 4:00 AM

|                   |                             |
|-------------------|-----------------------------|
| Diclofenaco 50 mg | analgésico antiinflamatorio |
|-------------------|-----------------------------|

En caso de:

Dolor fuerte: tomará además 1 comprimido de Tramadol 50 mg cada 8 hrs.

Nauseas o vómitos: Domperidona 10 mg o Metoclopramida 10 mg cada 8 hrs.

Molestias gástricas utilizar Omeprazol 20 mg o Esomeprazol 40 mg al día Nombre

---

**Dr Diego Polanco Montalván**  
**Cirugía Plástica**