

## CIRUGÍA PLÁSTICA Y CLÍNICA DE ESTÉTICA

### ANTES Y DESPUÉS DE LA CIRUGÍA PLÁSTICA:

#### CUIDADOS IMPORTANTES

Ser sometido a un procedimiento quirúrgico no es una experiencia normal para la mayoría de nosotros. Consecuentemente, esta etapa del tratamiento es invariablemente acompañada por algún grado de ansiedad. Conocer todas las etapas del tratamiento puede constituir un camino para proporcionar más confort y tranquilidad. Lo principal, sin embargo, es seguir minuciosamente las orientaciones del médico en pos de un buen resultado.

A fin de cuentas, la satisfacción con los resultados de una cirugía plástica no depende apenas de su planificación. Algunos ciudadanos antes y después de la cirugía pueden prevenir posibles complicaciones y promover un resultado estético más satisfactorio. La colaboración plena del paciente, siguiendo las instrucciones dadas por el cirujano, y la acción de los profesionales de la salud tienen gran importancia en el resultado de la cirugía.

#### COMENZANDO AHORA

- Además de la consulta médica, la realización de exámenes de sangre, electrocardiograma y algunos exámenes de imagen forman parte de la evaluación preoperatoria de rutina. Estos exámenes tienen como objetivo demostrar si el paciente presenta alguna contraindicación a la anestesia y al procedimiento quirúrgico. Dependiendo del caso, pueden ser necesarios exámenes más complejos, por eso es recomendable una evaluación clínica antes de la cirugía. En fin, la seguridad debe ser una prioridad absoluta y cualquier cirugía plástica.
- Informe a su médico sobre cualquier enfermedad crónica o medicamento de uso habitual, ya que algunos medicamentos pueden aumentar el riesgo de sangramiento durante o después de la cirugía. Por tanto, ¡recuérdese de consultar el prospecto! No utilice aspirina (ácido acetil-salicílico) o cualquier derivado, árnica, ginko biloba, medicamentos homeopáticos que contengan hierbas durante 2 semanas antes y después de la cirugía. Medicamentos como el Acetaminophen (Tylenol) y la Dipirona (Novalgina) son substitutos apropiados.
- Aliméntese de forma saludable con vistas a ofrecer los nutrientes adecuados para su recuperación poscirugía. Las dietas radicales, que pueden disminuir las reservas nutricionales, son perjudiciales para la salud, pueden influenciar el proceso de cicatrización y son prohibidas antes de cualquier procedimiento quirúrgico.
- Cuando marque su cirugía, asegúrese de que la clínica o el hospital donde el procedimiento será realizado contenga la infraestructura exigida por la legislación. En caso de la improbable eventualidad de que ocurran complicaciones, la existencia de médicos capacitados e infraestructura adecuada son fundamentales para el mantenimiento de su salud.

- Estudie las orientaciones específicas de su cirugía, las cuales servirán de guía durante el tratamiento posoperatorio. La buena educación del paciente en relación a los matices del tratamiento, tanto antes como después de la cirugía, ayuda a disminuir la ansiedad y torna la recuperación más tranquila y confortable. No se olvide de confirmar el horario de su ingreso y de la cirugía, solicitando a su médico instrucciones sobre el ingreso y los documentos necesarios. Si surgiera alguna duda, intente esclarecerlas con su médico antes de la cirugía.
- Asegúrese de organizar su agenda con anticipación, tomando en cuenta que la mayoría de las cirugías plásticas exigirá algunos días o semanas alejado del trabajo y las actividades deportivas.
- Asegúrese de organizar la ayuda de los familiares o funcionarios durante los primeros días de recuperación en casa, ya que en este periodo el reposo es necesario.
- Para su comodidad, se deben adquirir ajustadores o fajas antes de la cirugía. Converse con su médico antes de la compra para definir el tamaño adecuado de estas. Lo mismo aplica para las placas de silicona que serán necesarias para el tratamiento de cicatrices después de determinados tipos de cirugías.
- No fume por lo menos un mes antes de la cirugía para evitar alteraciones en la circulación de la piel que pueda perjudicar la cicatrización.
- NO consuma bebidas alcohólicas por 7 días antes de la cirugía.
- Algunos médicos sugieren que el paciente lave las regiones a ser operadas utilizando CLORHEXIDINA, dos veces al día, durante los tres días previos a la cirugía. Deje el producto actuando por lo menos 5 minutos. Retírelo con un paño mojado en alcohol o con agua común. Esto tiene como objetivo disminuir el número de bacterias en la piel, reduciendo así las posibilidades de infección después de la cirugía.

#### **EL DÍA PREVIO A LA CIRUGÍA**

- No coma ni beba nada después de la media noche.
- Organice su maleta, que debe contener los exámenes preoperatorios, documentos necesarios, objetos personales y una muda para cambiarse de ropa. Escoja ropas cómodas y ligeras, dando preferencia a aquellas con botones que sean fáciles de vestir.
- Organice el transporte para el hospital con anterioridad con el objetivo de evitar atrasos y ansiedad de última hora.

## **EL DÍA DE LA CIRUGÍA**

- Cuando despierte, ¡no coma ni beba nada! La anestesia debe aplicarse al paciente con el estómago vacío para evitar complicaciones respiratorias.
- Si utiliza algún medicamento habitual (informe a su médico sobre eso), puede tomarlos con un pequeño sorbo de agua en cuanto despierte. Cualquier otro medicamento debe ser interrumpido a partir de la media noche del día antes de la cirugía.
- La higiene oral puede ser realizada normalmente, teniendo cuidado de no tragar agua.
- No utilice hidratantes, cremas, lociones, o cualquier otro tipo de maquillaje.
- No utilice ganchos, pelucas u objetos valiosos.
- Trate de llegar al hospital con antelación ya que hay documentos que debe llenar antes del ingreso. Es aconsejable la presencia de un familiar o amigo.
- Finalmente, ¡trate de relajarse!

## **EN EL HOSPITAL**

Algunos minutos antes de la cirugía, usted recibirá una ropa especial y un medicamento preanestésico para inducir el sueño, la amnesia y disminuir la ansiedad. Después de algunos minutos, será dirigido al centro quirúrgico, donde se encontrará con el anestesista y los demás miembros del equipo (enfermeras y cirujanos). Cuando entre en el salón de operaciones, el equipo hará de todo para garantizar su comodidad y el anestesista iniciará los procedimientos de anestesia y monitorización para su seguridad durante la cirugía.

## **LA SALA DE RECUPERACIÓN**

Después de concluir la cirugía y las curaciones, usted será dirigido a la sala de recuperación. En esta unidad, que debe poseer una infraestructura completa, usted permanecerá bajo monitoreo y será constantemente examinado por un equipo de especialistas buscando garantizar una recuperación suave de la anestesia. Factores como la hidratación, el control del dolor, la temperatura corporal y la función respiratoria deben ser rigurosamente evaluados. La mayoría de los pacientes tienen condiciones de alta de la sala de recuperación después de 30 a 60 minutos. En el cuarto, su recuperación será supervisada por el equipo de enfermeras y por el equipo médico a través de visitas frecuentes y regulares.

## **ALTA MÉDICA**

El tiempo de ingreso, que normalmente varía de 12 horas a 2 días, depende del tipo de cirugía realizada, de la ocurrencia de complicaciones y de la respuesta individual de cada paciente al procedimiento. La permanencia en el hospital por más tiempo puede ser necesaria, aunque esto sea poco frecuente. Independientemente de ello, el alta médica debe ocurrir solamente cuando el paciente presenta plenas condiciones de salud. Por ende, ¡no tenga prisa!

Al recibir el alta, no se olvide de organizar la presencia de un adulto responsable para manejar y acompañarlo. Marque la fecha del regreso al consultorio, donde el cirujano supervisa su proceso de recuperación. En caso de duda, llame inmediatamente al equipo médico.

## **POSOPERATORIO**

Debido a la actual necesidad de pronto restablecimiento de los pacientes y el control del resultado de la operación, los cirujanos buscan la actuación multidisciplinaria de profesionales también en el posoperatorio. La esteticista de nivel superior y la fisioterapeuta dermatofuncional actúan en la recuperación de las funciones del cuerpo humano, en la prevención de posibles inconvenientes y amenizando los efectos de la cirugía, como edema, hematoma, seroma, cicatrización, dolor e incomodidad.

La recuperación de una cirugía depende básicamente del tipo de operación y de la reacción del organismo, que varía entre las personas. Cada paciente tiene necesidades, expectativas individuales y una recuperación fisiológica patrón. Estos pueden ser influenciados por la genética, rutina, período de vida cronológico y emocional, entre otros factores variables.

El principal tratamiento posoperatorio es la búsqueda del control del edema (hinchazón) y moretones que aparecen inevitablemente después de las cirugías. El planeamiento del tratamiento en el posoperatorio es ampliamente variable y depende de las características presentadas en la evaluación del tipo de cirugía realizada, la región corporal operada, la técnica utilizada, el tiempo de posoperatorio, para entonces identificar de qué manera se puede mejorar el curso de los acontecimientos.

## **TRATAMIENTOS, TERAPIAS, COMBINADAS CON APARATOS**

Un protocolo de tratamientos posoperatorios adecuado es de extrema importancia para la recuperación del paciente. El uso combinado de terapias como drenaje linfático, ultrasonido, Vacuodermobilización, microcorrientes, termoterapia, vacuoterapia, y otros adecuados a cada caso hacen que el cuerpo reaccione mejor, facilita el modelaje facial y corporal, mejora la cicatrización y acelera su recuperación.

La interacción del cirujano plástico y del terapeuta en la atención al paciente ocasionará un mejor control sobre las reacciones posoperatorias.

#### **ASPECTOS EMOCIONALES DESPUÉS DE LA CIRUGÍA**

El apoyo de la familia y de los amigos es fundamental durante el periodo de tiempo de recuperación. Sin embargo, ocasionalmente escuchará comentarios de personas desconocedoras que, a pesar de no ser intencionadas, pueden causar algún grado de inestabilidad emocional. Por tanto, trate de confiar en la capacidad y experiencia de su cirujano – él debe informar honestamente sobre su progreso y las expectativas en términos del resultado final.

La sensación de “depresión” es relativamente común durante el periodo inicial después de la realización de una cirugía plástica, debido a las alteraciones ocasionadas por la hinchazón y los moretones. Además, después de la cirugía, muchos pacientes esperan una mejoría instantánea de su apariencia, aunque racionalmente sepan que esto no sucederá.

Consecuentemente, pueden surgir dudas en relación a la decisión de haberse sometido al procedimiento. Relájese, ¡eso es normal! A medida que la cicatrización avance, estos pensamientos tienden a desaparecer rápidamente. Si siente tristeza, trate de entenderlo como una fase natural del proceso de recuperación – es una fase transitoria, que pasa rápido.