



## **MUSLOPLASTIA INSTRUCCIONES POSTOPERATORIAS**

Inmediatamente después de la cirugía

Su primera cita postoperatoria será con nuestro personal el día después de su cirugía.

La siguiente visita se programará con un cirujano.

Debe ser llevado/a a casa por un adulto responsable mayor de 18 años. Esta persona debe aceptar quedarse con usted la noche de la cirugía y hasta el día siguiente para asegurarse de que esté siendo supervisado.

El peso máximo permitido para levantar es de 6 libras durante 6 semanas.

No tome ningún producto de tipo aspirina durante 2 semanas después de la cirugía. **SÓLO** use la medicación prescrita por el cirujano.

No está permitido tomar suplementos herbales o vitaminas de venta libre por 2 semanas antes y 2 semanas después de la cirugía. Estos pueden causar sangrado.

Sólo se le permite tomar un solo multivitamínico al día.

No vacíe el lavavajillas, lave la ropa, trapee/borra/aspire su casa ni realice ninguna otra actividad durante 2 semanas.

**DEBE COMENZAR A CAMINAR** la noche de la cirugía. El reposo en cama por sí solo no está permitido. Tiene que levantarse de la cama cada 3 horas y caminar 10 minutos durante las primeras 24 horas después de la cirugía. Después de las primeras 24 horas, debe caminar 5 veces al día para ayudar a prevenir un coágulo de sangre.

Siga una dieta líquida durante el primer día después de la cirugía y haga la transición a una dieta blanda por 2 días, seguidos de una dieta regular.

Ducharse:

Comience a ducharse 48 horas después de la cirugía y hágalo una vez al día.

Sólo puede ducharse durante los primeros 30 días después de la cirugía.

No puede sumergirse en una bañera, piscina, océano o jacuzzi hasta un mes después de la cirugía.

Por favor, no use jeans o pantalones ajustados durante al menos un mes.

Por favor, despoje y vacíe sus drenajes JP cada 4 horas después de la cirugía. El personal retirará los drenajes aproximadamente una semana después de la operación.

### **INSTRUCCIONES PARA LAS PRENDAS DE COMPRESIÓN**

Comience a usar una prenda de compresión después de quitar los drenajes.

Use la prenda durante 6 meses para mejorar la apariencia de la cicatriz.

Indicaciones de medicación:

Puede comenzar a tomar sus medicamentos recetados para el dolor, antibióticos y medicamentos para las náuseas inmediatamente después de su cirugía.

### **CUIDADO POSTOPERATORIO A LARGO PLAZO**

No conduzca durante 5 días después de la cirugía o hasta que su cirujano le autorice.

No se permite fumar 4 semanas antes y 4 semanas después de la cirugía. Se recomienda no fumar en absoluto.

No se someta a ningún procedimiento dental durante 1 mes después de la cirugía para evitar infecciones.

Evite toda exposición directa de las heridas al sol durante 8 semanas después de la cirugía. Comience a usar protector solar 7 días después de la cirugía todos los días y úselo por el resto de su vida para minimizar las cicatrices.

Después de 8 semanas, puede exponerse a la luz solar directa si aplica protector solar con FPS 50 o superior y vuelve a aplicarlo cada hora.

Es NORMAL tener hematomas e hinchazón en el área quirúrgica. Esto mejorará gradualmente en las siguientes semanas.

Si experimenta fiebre, dificultad para respirar, dolor en el pecho o dolor inusual en el área operada, debe notificar al consultorio de inmediato.

NO se le permite viajar en barco, avión, crucero, tren, automóvil y/o cualquier forma de transporte desde Miami, FL por un total de 5 días como mínimo.

Estas instrucciones no están destinadas a cubrir todos los posibles problemas que puedan surgir. El buen juicio de su parte es esencial para un buen resultado.

Para obtener resultados óptimos de cicatrización, el Dr. Zuriarrain recomienda que compre nuestro Sistema de Terapia de Silagen Scar y comience a usarlo 2 semanas después de la operación. Por favor, pregunte a uno de nuestros miembros del personal para más detalles.

\*Estas instrucciones no están destinadas a cubrir todos los posibles problemas que puedan surgir. El juicio de su parte es esencial para un buen resultado.

Comuníquese con el consultorio si tiene un dolor intenso que no responde a la medicación, las incisiones muestran signos de infección, como enrojecimiento que se extiende desde la incisión hasta el área de piel adyacente y está extremadamente sensible o si desarrolla escalofríos y/o fiebre. Por favor tome su temperatura con un termómetro. Una fiebre clínicamente significativa es una temperatura de 102 grados Fahrenheit o mayor.

En caso de emergencias:

Puede comunicarse con la oficina directamente al 786-804-1603. Para cualquier emergencia fuera del horario laboral, llame al:

Llame a nuestra oficina antes de planear ir a ver a alguien más después de la cirugía para incluir en la sala de emergencias o cualquier otro médico.

En caso de emergencia, vaya a:  
Hospital Bautista 8900

North Kendall Miami, FL  
33176 786-596-1960

South Miami  
Hospital 6200  
SW 73 st South Miami, FL  
33143 786-662-4000

Hospital Larkin 7031  
SW 62nd Avenue South Miami, FL  
33143 (305) 284-7500