

OTOPLASTIA (Cirugía de Orejas)

Nombre: _____ Fecha: _____

Fecha de la cirugía: _____

Una vez que su cirugía se ha completado, debe seguir todas las instrucciones que se le dan a fin de sanar adecuadamente y tener un buen resultado.

Las siguientes instrucciones son su obligación. Use esto como una lista para checar el progreso de su recuperación. Aquí se incluyen las experiencias post-quirúrgicas normales y consideraciones clave de salud, que pudieran ser una causa de preocupación.

SINTOMAS POST-OPERATIVOS NORMALES

Los síntomas normales de la otoplastia, y las señales a las que debemos estar al pendiente son las siguientes:

- **Orejas hinchadas y enrojecidas. Sensación de firmeza y cosquilleo en las orejas.** Estas son experiencias normales al momento que la piel, los tejidos y los nervios sensoriales sanan. Medicamentos para el dolor le ayudarán a sobrellevar cualquier malestar.
- **El dolor agudo constante debe ser reportado a nuestra oficina inmediatamente.**
- **Asimetría, las orejas parecen diferentes, o se curan de manera diferente.** Las orejas pueden verse o sentirse muy diferentes entre sí en los días posteriores a la cirugía. Esto es normal.

LLAME A NUESTRA OFICINA INMEDIATAMENTE SI EXPERIMENTA CUALQUIERA DE LOS SIGUIENTES:

- **Fiebre (arriba de 101°F), náuseas severas y vómito, mareo constante o conducta incoherente, como alucinaciones.**
- **Cualquier dolor que no se pueda controlar con medicaciones.**
- **Piel enrojecida y brillante, que además está caliente al tacto.**
- **Sangrado excesivo o drenaje de fluido de las incisiones.**
- **Orejas muy deformadas, moretones excesivos, o retención de fluidos excesiva en la región tratada.**

Para aliviar cualquier molestia y para reducir la hinchazón, puede aplicar compresas frías, pero no congeladas/heladas en la región tratada. El hielo triturado o los paquetes de hielo deben ser envueltos en una toalla antes de ser aplicados en la piel. No aplique hielo ni nada congelado directamente sobre la piel. Aplique compresas frías, por no más de 20 minutos a la vez. **No aplique calor.**

VENDAJES

Puede que se le coloque un vendaje, o prenda de alrededor de su cabeza para dar mejor soporte a sus oídos mientras que comienzan a sanar. Siga las instrucciones que se le dan explícitamente para usar estos vendajes. **Es importante que el vendaje no sea removido por ninguna razón, a menos que sea indicado por el Dr. Antonetti. Ya que hacerlo podría perjudicar significativamente el resultado de su procedimiento.**

INSTRUCCIONES PARA EL DIA DE LA CIRUGIA

Sólo podrá ser dado de alta bajo la atención de un adulto responsable. Todas estas instrucciones deben estar claras y bien entendidas por el adulto que monitoreará su salud y le apoyará durante las 24 horas siguientes a la cirugía.

_____ **Descanse, pero no en la cama.** Mientras que el descanso es importante en las primeras etapas de la curación, igualmente importante es que usted se mantenga en movimiento, lo que significa debe estar caminando bajo su propia fuerza. Dedique 10 minutos cada 2 horas a caminar un poco en el interior de su casa mientras se recupera.

_____ **Reclínese, pero no se acueste.** Reclinarse será más cómodo para usted, y puede reducir la hinchazón. Mantenga siempre la cabeza elevada. No se agache más de lo normal o se estire hacia atrás.

_____ **Buena nutrición.** Los líquidos son críticos después de la cirugía. Procure bebidas no-carbonatadas, sin alcohol, sin cafeína y sin té verde, leche y yogurt. Usted debe consumir por lo menos 8 onzas de líquido cada 2 horas. Procure alimentos blandos, suaves y nutritivos durante las primeras 24 horas.

_____ **Tome todos sus medicamentos, exactamente según se le prescribió.** Medicamentos para el dolor oral, antibióticos y otros medicamentos que debe tomar incluyen:

Antibióticos	mg	x por día
Medicamentos para el dolor	mg	x por día
Otro / Suplementos / Ungüentos		

_____ **El cuidado de sus incisiones puede ser requerido.** Puede que usted sea instruido a remover los vendajes para limpiar usted mismo las incisiones. No remueva ninguna cinta adhesiva o costras cercanas a las suturas. Aplique ungüento como se le indique. Inmediatamente remplace cualquier vendaje o prenda de compresión como se le indique.

_____ **No fume.** Fumar puede afectar en gran medida su seguridad antes de la cirugía y su capacidad de curar después de la cirugía. No debe fumar en lo absoluto.

_____ **Relájese.** No realice actividades estresantes. No levante, empuje ni jale nada. Permita que los demás se encarguen de usted.

DOS (2) A SIETE (7) DIAS DESPUES DE LA CIRUGIA

Durante este tiempo usted ira sanando con cada día que pase. Regrese poco a poco a su rutina diaria. Usted recibirá autorización para comenzar a conducir o regresar al trabajo en su visita post-operatoria, o en _____ días.

Su visita postoperatoria está programada para: _____.

- **Aplique productos para el cuidado de la piel con cuidado.** No use productos glicolicos, retinoides u otros productos para la piel y cabello que sean irritantes, hasta que se le autorice.
- **Continúe manteniendo la cabeza elevada, incluso cuando duerma.**
- **Puede ducharse.** Debe seguir todas las instrucciones que se le dieron para el cuidado de los vendajes.
- **Tomar medicamentos antibióticos y suplementos según las indicaciones.** Tome medicamentos para el dolor y relajantes musculares sólo según sea necesario. Es posible que desee cambiar de medicación para el dolor, a acetaminofén o ibuprofeno.
- **No reanude ningún ejercicio que no sea caminar.** El caminar es esencial todos los días para prevenir la formación de coágulos de sangre.
- **No exposición al sol.** Si planea salir al aire libre por cualquier motivo, use por lo menos un SPF 30 y cúbrase bien. Evite cualquier exposición directa al sol.
- **Mantener una dieta saludable. No fume. No consuma alcohol.**

UNA (1) A CUATRO (4) SEMANAS DESPUES DE LA CIRUGIA

Al ir reanudando sus actividades diarias normales, debe continuar con el cuidado y la curación adecuados.

- **Abstenerse de la exposición directa al sol.** Continúe usando sus gafas de sol. Si está al aire libre, aplique por lo menos un SPF 30 al menos 30 minutos antes de la exposición al sol. Su piel es altamente susceptible a quemaduras o la formación de pigmentación irregular oscurecida.
- **No fume.** Aun cuando las incisiones pueden haber sellado, el fumar priva al cuerpo del oxígeno necesario que puede dar lugar a cicatrices mal curadas, anchas y levantadas.
- **Absténgase de hacer cualquier tipo de ejercicio de contacto o nadar hasta que se le autorice.**
- **Puede comenzar a dormir en una posición reclinada modificada.** Sin embargo, no duerma acostado ni boca abajo. Si usted duerme de lado, dos almohadas debajo de su cabeza y una almohadilla suave debajo de su espalda y hombros pueden ofrecer más comodidad.

Siga las instrucciones al pie de la letra. Su segunda visita post-operatoria está programada para: _____.

SEIS (6) SEMANAS DESPUES DE SU CIRUGIA

El proceso de curación progresará, la hinchazón se seguirá disminuyendo.

- **La incomodidad y la sensación de hormigueo en las orejas se resolverá.**
- **Puede poco a poco regresar a su rutina de ejercicios habitual.** Sin embargo, si va a participar en algún tipo de deporte de contacto, debe usar un casco protector.
- **No es necesario volver a fumar.** Usted ha pasado 10 semanas (4 semanas antes de la cirugía y 6 semanas después) sin fumar. Para su salud a largo plazo, no hay necesidad de volver a fumar.

EL PRIMER AÑO

Su cuerpo ira cambiando con la edad. Si su condición cambia en cual forma, contacte a nuestra oficina. Comuníquese con nosotros con cualquier pregunta o inquietud, en cualquier momento.

He leído y entiendo todas las instrucciones anteriores. Entiendo que seguir estas instrucciones es únicamente mi responsabilidad. Entiendo que también es mi responsabilidad preguntarles a mi médico y a su personal cualquier pregunta relacionada con estas instrucciones o sobre mi procedimiento, salud y curación.

Firma del paciente: _____ Fecha: _____

Nombre del Paciente: _____

Firma del representante de la clínica, y testigo: _____