

Dr José María Jiménez Rodríguez

Abdominoplastia: Consejos antes y después de la Intervención

Antes de la Intervención:

No tomar **aspirinas** (ácido acetil salicílico) u otros medicamentos que contengan salicilatos durante dos semanas antes y dos semanas después de la intervención. Comunicar cualquier medicación al cirujano.

No fumar (o evitarlo al máximo) durante el mismo periodo contemplado en el párrafo anterior. Durante los días anteriores a la cirugía es conveniente utilizar un **gel normal** (no específico "antibacterias") para lavar todo el cuerpo.

Para ir a la clínica véstase con **ropas cómodas** y evite los vaqueros. No lleve joyas ni uñas pintadas. Si lleva algún tipo de Piercings consúltelo con el Doctor.

Medicación. Asegúrese de haber entendido y de tomar la administración de la medicación que le ha recetado el doctor.

Tanto las **medicinas prescritas** para el postoperatorio como las prendas indicadas deben ser compradas antes de la cirugía. (enantyum 25 mg cada 8 horas, paracetamol 1 g o nolutil intercalado a las 4 horas si dolor). Un antibiótico (amoxicilina-clavulánico 1 g 2 cp cada 12 horas) y un protector gástrico (omeprazol 20 mg cada 24 horas). En caso de náuseas utilizar el primperan.

En el postoperatorio deberá tomar abundante agua (2 litros mínimo al día). Se pueden tomar todo tipo de **zumos**, bebidas refrescantes sin gas. Las bebidas alcohólicas no están recomendadas, así como el té o el café. Asimismo es conveniente aumentar la dosis de **vitamina C**.

La alimentación deberá ser rica en proteínas: carnes no rojas, pescados blancos y derivados lácteos tipo yogurt, requesón y quesos poco grasos.

Se puede aplicar bolsas de hielo sobre la zona operada, evitando el contacto directo. El frío local disminuye la hinchazón y las molestias. Aplíquelo durante 20 minutos, tres o cuatro veces al día.

Esta es una de las cirugías en las que es más importante la participación y los cuidados en el postoperatorio por parte de la paciente.

ES NORMAL:

- Dolor y sensación fuertes de agujetas en las zonas operadas e hinchazón en zonas no intervenidas.
- Leve ascenso de la temperatura (hasta 38,3) en las primeras 48 horas.
- Pequeño sangrado y/o secreción sero-sanguinolenta por la faja en las primeras 48 horas.
- El tiempo de recuperación depende de cada persona, El proceso de curación es gradual y deberá esperar algunos meses antes de ver el resultado final.

DEBE SABER QUE:

- La medicación ha de ser tomada durante el tiempo y en las dosis recomendadas, en caso de que le sienta mal, póngase en contacto con nosotros inmediatamente para cambiarlo. Debe descansar con la cabecera y piernas elevadas, y caminar con el cuerpo incorporado hacia delante.
- El vendaje compresivo o faja se retirará cuando lo indique el doctor. No se quite la faja en los tres primeros días, **ni por las noches**, salvo indicación del doctor. Hay que llevarla aproximadamente un mes.
- Se podrá realizar ejercicio físico un mes y medio después de la operación.

ES IMPORTANTE:

- Mantenga el plan de drenajes linfáticos sugerido por el doctor a partir de la primera semana.
- Caminar ayuda a eliminar líquidos y bajar la inflamación (a partir de la primera semana)
- No conducir vehículos durante las dos primeras semanas, ni realizar ejercicios violentos o gimnasia hasta después de la octava semana.
- No se puede tomar el sol ni UVA hasta al menos dos meses después de la liposucción. Evitar la exposición al calor.
- Es importante no quitarse la faja. En el caso de querer lavarla, se utilizará una media de compresión.

Si en el postoperatorio inmediato se presenta alguna urgencia llame al 665242152