



## INSTRUCCIONES DE CUIDADO EN CASA CUIDADOS POSTOPERATORIOS – CIRUGÍAS PLÁSTICAS

### (Mastectomía- cuadrantectomía o vaciamiento axilar)

Estas recomendaciones le ayudarán a recuperarse de forma segura después de su cirugía.

## CUIDADO DE LA HERIDA QUIRÚRGICA

Evita que la herida quirúrgica permanezca húmeda.

Evitar usar jabón en barra para la herida

Realiza la curación o limpieza de la herida según lo indicado por su médico.

No aplique cremas, pomadas o talcos sobre la herida.

Consulte si observa enrojecimiento, hinchazón, secreción o mal olor en la herida.

No mojes ni retires los apósitos. Serán cambiados por el personal de enfermería durante las curaciones.

Coloca hielo de forma intermitente sobre la zona (15-20 minutos cada hora), siempre envuelto en un paño, para evitar quemaduras por frío.

Asiste puntualmente a las curaciones en el área de clínica Rey David (ingreso por el primer piso).

## MANEJO DEL DRENAJE (SI APLICA)

No manipules ni tires del drenaje.

Anota diariamente la cantidad y características del líquido drenado.

Consulta si observas cambio en el color del líquido (rojizo oscuro, verdoso o con mal olor).



**COSMITET** LTDA.



## ACTIVIDAD FÍSICA Y MOVILIDAD

Evita cargar peso o levantar el brazo afectado por encima del hombro durante las primeras semanas.

No permanezcas en reposo absoluto. Es importante caminar y movilizarte para prevenir trombos.

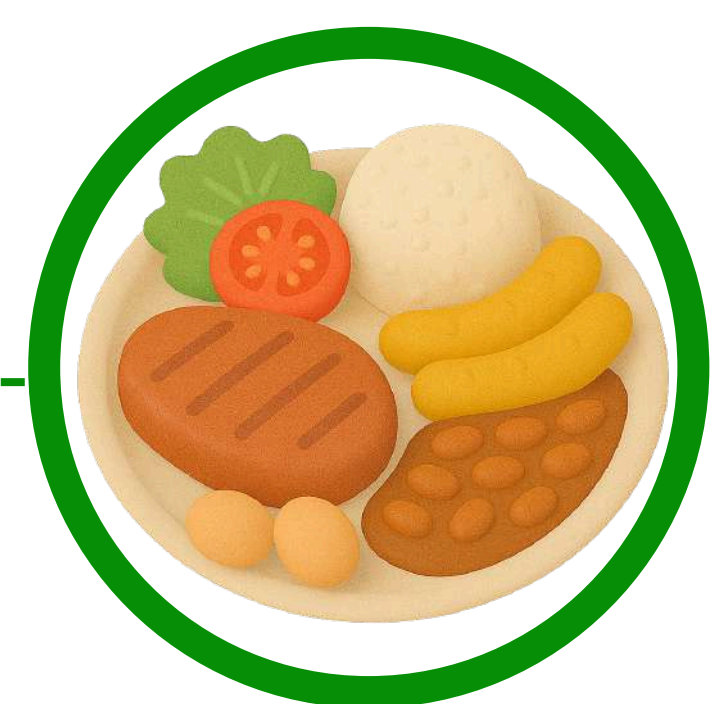
Descansa adecuadamente y evita situaciones de estrés.

Usa sujetador quirúrgico si fue indicado.



## ALIMENTACIÓN Y CUIDADOS GENERALES

Puedes seguir una dieta corriente, a menos que tengas condiciones como diabetes o dislipidemia, en cuyo caso se deben seguir restricciones específicas.



Mantente bien hidratada.



Evita el alcohol y el tabaco.



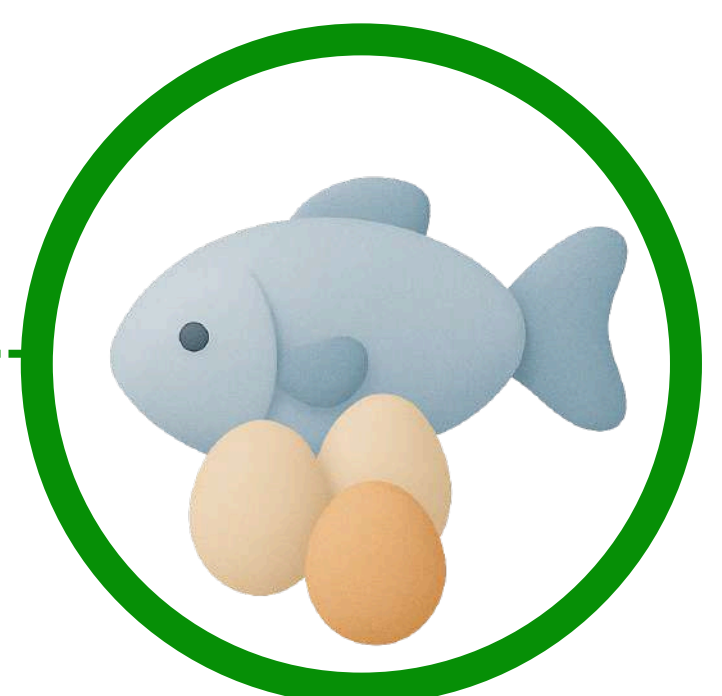
Incluye frutas y verduras ricas en vitamina C y antioxidantes.



Mantén un peso saludable para reducir el riesgo de complicaciones.



Aumenta el consumo de proteínas (huevo, pescado, legumbres) para una mejor cicatrización.





## MEDICAMENTOS

Si el dolor no mejora con los medicamentos indicados, informa al médico tratante.



Toma solo los medicamentos formulados por tu médico. No te automediques.



En caso de presentar alguna reacción adversa (picazón, enrojecimiento, dificultad para respirar, hinchazón), suspende el medicamento y consulta inmediatamente por urgencias.



## RECUERDA:

Debes asistir puntualmente a los controles postquirúrgicos asignados con tu cirujano. Sigue siempre las indicaciones del equipo de salud para una recuperación segura y eficaz.



## IMPORTANTE

Estas recomendaciones no reemplazan el seguimiento médico. **Si tiene dudas, comuníquese con el numero 5185000 ext 2219 o al número de celular 3104470164**



**COSMITET** LTDA.