

# INSTRUCCIONES DE CUIDADO EN CASA NEUROCIRUGÍA – POSTOPERATORIO SEGÚN TIPO DE CIRUGÍA

A continuación, encontrará las recomendaciones específicas de cuidado en casa, según el tipo de procedimiento neuroquirúrgico al que fue sometido(a).

## RECOMENDACIONES GENERALES

- Evite esfuerzos físicos intensos, movimientos bruscos o cargar peso, especialmente si la cirugía fue de columna.
- Mantenga la cabeza elevada (30°) al dormir si la cirugía fue craneal, para reducir la inflamación.
- Realice caminatas cortas y frecuentes según su tolerancia: ayudan a prevenir trombos y mejorar la circulación.
- Evite manejar vehículos, subir escaleras solo si es seguro y no se exponga a ruidos o luces fuertes.
- Cumpla estrictamente con su tratamiento: analgésicos, anticonvulsivantes o esteroides, si fueron formulados.



## CRANEOTOMÍAS

- Evite golpes en la cabeza, incluso leves.
- Mantenga reposo relativo y evite actividades que requieran concentración intensa en los primeros días.
- No se exponga a pantallas por tiempos prolongados (televisión, celular, computador).
- Use casco protector si fue indicado por el médico.
- Vigile signos de presión intracraneal elevada: dolor de cabeza intenso, vómito, visión borrosa, somnolencia o alteración del estado de conciencia.





## CIRUGÍA DE COLUMNA (LAMINECTOMÍA, DISCECTOMÍA, ARTRODESIS)



- Evite agacharse, girar bruscamente o levantar peso durante al menos 4 a 6 semanas.



- Al levantarse de la cama, hágalo girando de lado y con apoyo.



- Use la faja lumbar si fue indicada por el neurocirujano.



- Mantenga la herida limpia y seca.



- Asista puntualmente a los controles médicos y realice la terapia física si fue formulada.

## TUMORES (CEREBRALES O DE COLUMNA)

- Siga el plan de seguimiento con neurocirugía y oncología (si aplica).



- No se automedique.



- Esté atento(a) a signos de alerta como cambios en la visión, pérdida de fuerza, alteraciones en el habla o convulsiones.



- Consuma una dieta balanceada rica en proteínas para apoyar la recuperación.



## ANEURISMA

- Evite esfuerzos físicos, el estreñimiento y levantar peso.



- Tome correctamente los medicamentos formulados, como antihipertensivos o anticonvulsivantes.



- Evite situaciones de estrés emocional.



- Consulte de inmediato si presenta dolor de cabeza súbito e intenso, rigidez de cuello, vómito, convulsiones o alteración del estado de conciencia.



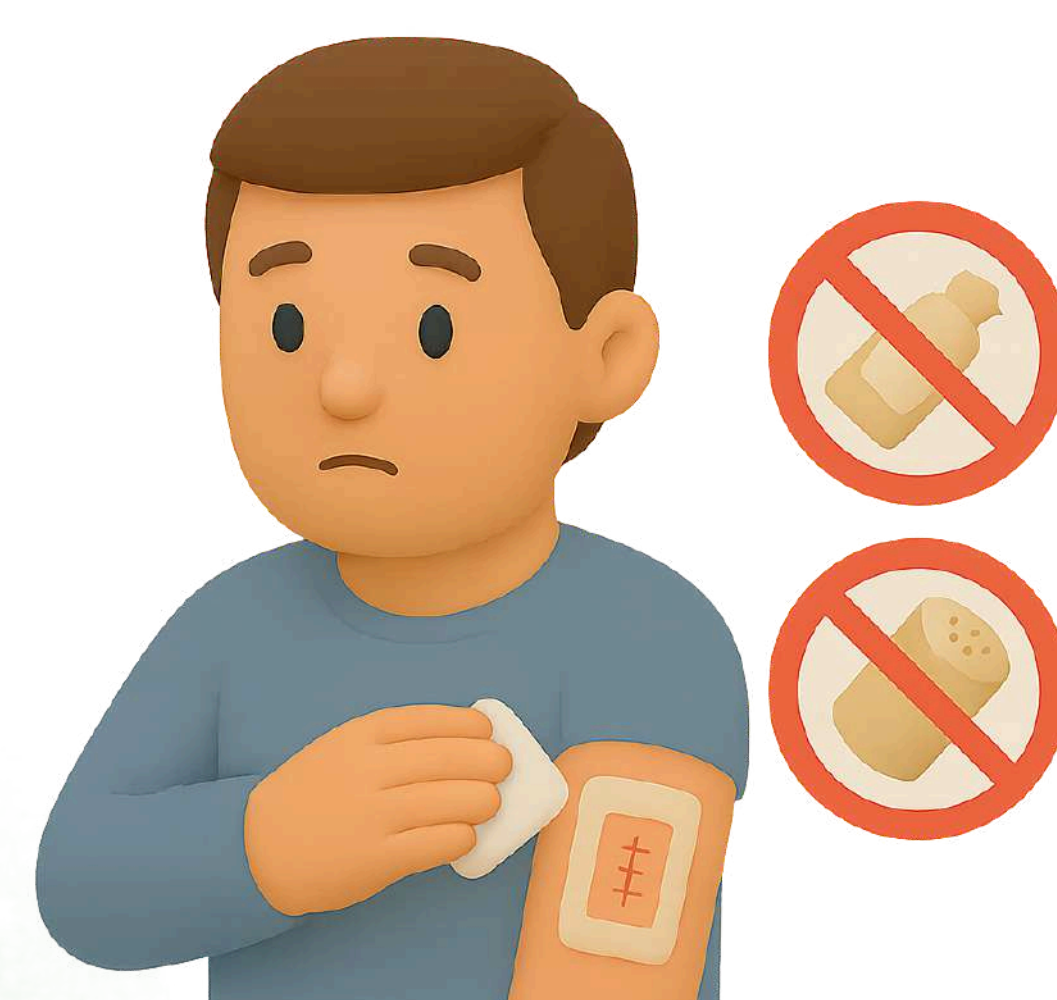
- Continúe con el seguimiento por neurocirugía y neurología.





## CUIDADO DE LA HERIDA QUIRÚRGICA

- Mantenga la herida limpia y seca.
- Lave con agua y jabón suave solo si su médico lo ha autorizado.
- No aplique cremas, talcos ni alcohol sobre la herida.
- No retire costras ni se rasque la zona.
- Revise diariamente la herida en busca de signos de infección: enrojecimiento, secreción purulenta, mal olor, calor local o dolor progresivo.
- Consulte si observa sangrado persistente o salida de líquido claro.



## ALIMENTACIÓN

- Mantenga una dieta balanceada y rica en fibra para evitar el estreñimiento.
- Incluya frutas, verduras, cereales integrales y suficiente líquido, a menos que tenga una restricción médica.
- Evite comidas grasosas, muy condimentadas o ultraprocesadas.
- Si presenta náuseas o falta de apetito, consuma porciones pequeñas y frecuentes.
- No consuma bebidas alcohólicas mientras esté en tratamiento.
- En caso de presentar dificultades para tragar o pérdida importante de apetito, consulte al equipo médico o de nutrición.



## SEGUIMIENTO Y REHABILITACIÓN

- Asista a los controles médicos según programación.
- Siga las indicaciones de terapia física o rehabilitación si fue ordenada.
- Informe cualquier cambio en su estado de salud.



### IMPORTANTE

**Estas recomendaciones no reemplazan el seguimiento médico.**

Si tiene dudas, comuníquese al teléfono **5185000 ext 2219** o al número de celular **3104470164**