

## INDICACIONES PARA LA CIRUGÍA DE OTOPLASTIA

---

Los cuidados pre y postoperatorios son muy importantes para obtener unos buenos resultados tras la cirugía. Si se siguen las instrucciones con atención se minimizan las complicaciones y las molestias debidas a la inflamación y el dolor.

### **MEDICACIÓN Y PRODUCTOS RECOMENDADOS** (en pacientes sin alergias)

- Ibuprofeno 400 mg
- Paracetamol 500 mg
- Nolotil cápsulas
- Cicapost de Isdin
- Antibiótico (se le proporcionará la receta)

#### **Antes de la cirugía**

¿Qué hacer 1 mes antes de la intervención?

- Eliminar el tabaco y los chicles o parches de nicotina
- Dejar de tomar productos de herboristería

¿Qué hacer 2 semanas antes de la intervención?

- Dejar de tomar los siguientes medicamentos: aspirina, antiinflamatorios, vitamina E

¿Qué hacer 1 semana antes de la intervención?

- No tomar bebidas alcohólicas

¿Qué hacer el día de la intervención?

- Acudir en ayunas a la clínica a la hora que le hayan indicado
- No utilizar ni maquillaje, ni cremas
- Retirar anillos, piercings, uñas artificiales y pintura de uñas
- Llevar ropa cómoda, preferiblemente camisa de botones
- Recuerde que no podrá conducir después de la intervención, por lo que le recomendamos que venga acompañado

## **Después de la cirugía**

- Debe estar acompañado por un adulto por lo menos hasta 24 horas después del alta hospitalaria
- Llevará un vendaje sobre las orejas cubierto por una banda o cinta del pelo. Al 4º día se lo puede retirar, lavar con agua y jabón las orejas en la ducha, secar y aplicar Clorhexidina por la parte de atrás (donde está la cicatriz)
- Es normal que durante los primeros días haya salida de una pequeña cantidad de líquido sanguinolento
- Para evitar sangrados hay que abstenerse de hacer esfuerzos
- Debe dormir con la cabeza elevada, utilice al menos dos almohadas, durante la primera semana tras la cirugía. Intente no dormir apoyando los lados de la cara por lo menos durante 2 semanas
- Hay que tomarse la medicación para el dolor antes de que éste aparezca. Es más sencillo prevenir el dolor que controlarlo.
- Restrinja las actividades la semana siguiente a la cirugía. Puede retomar su actividad normal de forma progresiva a partir de las 48 horas
- ATENCION: es muy probable que se sienta mareado si se sienta o se levanta de golpe. Siempre que esté tumbado, siéntese poco a poco y espere por lo menos un minuto hasta levantarse. Si al levantarse se encuentra mareado, debe tumbarse inmediatamente para evitar perder el conocimiento.

## **Sangrado**

Es normal que pueda haber un leve sangrado a través de las incisiones. La principal razón por la que puede ocurrir es por aumentos de la presión sanguínea al inclinarse, levantar objetos pesados, toser, estornudar, hacer esfuerzo en el baño, etc

Para evitar complicaciones por sangrado hay que abstenerse de realizar actividades que puedan aumentar la presión arterial durante los primeros diez días tras la cirugía.

También hay que evitar cualquier medicación que pueda ocasionar o prolongar los sangrados como la aspirina, algunos productos de herbolario (Ginko, ajo, Ginseng) e incluso dosis altas de vitamina E.

En caso de presentar sangrado excesivo y prolongado debe ponerse en contacto con nosotros.

## **Inflamación**

Toda operación por pequeña que sea viene acompañada de inflamación de los tejidos operados. El grado mayor o menor de inflamación varía de persona a persona. No debe alarmarse si una oreja está más inflamada que la otra o si hay asimetrías. Esto es normal y desaparece después de unas semanas.

El grado de inflamación es proporcional a la agresividad de la intervención. Es una reacción normal del cuerpo a la cirugía. La inflamación comienza a manifestarse el día de la cirugía y llegará a su máximo a los 2 o 3 días de la intervención. Después del tercer día disminuye rápidamente. La mayor parte de la inflamación habrá desaparecido en 2-3 semanas, pero tarda aproximadamente un año en desaparecer por completo.

La inflamación normalmente es mayor al levantarse por la mañana. Recuerde que no es algo extraño, que poco a poco irá desapareciendo y que usted puede ayudar a reducirlo de la siguiente manera:

- Evite inclinarse o levantar objetos pesados durante la primera semana
- Evite sacudidas o golpes en la cara durmiendo solo tras la operación y alejándose de los niños pequeños
- Duerma con el cabezal elevado 1-2 semanas tras la cirugía.
- Evite la exposición solar mientras haya morados. El calor aumenta la inflamación y el sol produce hiperpigmentación.

## **Dolor**

La cirugía de otoplastia es dolorosa los primeros días, pero con la medicación indicada reducirá las molestias. Si persiste

dolor después de la primera semana debe ponerse en contacto con nosotros.

### **Cuidado de las incisiones**

Las incisiones deben ser lavadas con agua y jabón una vez al día después del 4º día. Hay que hacerlo de forma suave sin frotar. Se puede utilizar un bastoncillo humedecido en agua oxigenada para limpiar con suavidad las cicatrices. Después se debe aplicar la Clorhexidina. Es recomendable hacerlo una vez al día

Puede ducharse el día siguiente a la cirugía, teniendo cuidado de no mojar el vendaje

Después de que hayan sido retirados los puntos (normalmente a la semana) se recomienda utilizar la crema Cicapost para las cicatrices

A lprincipio la cicatriz tiene un color rosado y presenta cierto grado de inflamación. Con el paso del tiempo va cambiando la coloración y la firmeza y acabará por no verse. Cada persona evoluciona de manera diferente, pero generalmente la cicatriz tarda un año en pasar desapercibida.

### **Morados**

En ocasiones pueden aparecer morados tras la cirugía acompañando a la inflamación. Estos morados irán cambiando de color (negro, azul, verde, amarillo) a medida que vayan desapareciendo. Suelen tardar en eliminarse unos 7-15 días.

La utilización de cremas con Vitamina K o Arnica como Árnica Gel Crema de Martiderm aceleran la desaparición de los morados. Se pueden camuflar los morados con maquillaje hipoalérgico evitando colocarlo sobre las zonas de las incisiones.

### **Náuseas y vómitos**

En caso de que aparezcan náuseas y/o vómitos después de la cirugía evite la ingesta de alimentos, líquidos o medicación durante una hora. Después de esa hora puede comenzar con pequeños sorbos de té o coca-cola. Beba despacio durante un periodo de 15 minutos. Cuando desaparezcan las náuseas puede comenzar con la ingesta de alimentos y la toma de medicamentos. En caso de que tras más de 3 horas no desaparezcan las náuseas póngase en contacto con nosotros.

### **Ejercicio**

Tras la intervención es recomendable abstenerse de levantar peso excesivo y hacer ejercicio por lo menos durante 2 semanas. En caso de realizar deportes de contacto se recomienda esperar 4 semanas

Cuando se incorpore de nuevo a la rutina de ejercicio hay que hacerlo poco a poco, aumentando la intensidad de manera progresiva.

### **Trabajo**

Si en su actividad laboral no realiza esfuerzos físicos podrá reincorporarse a su rutina después de los primeros 4 días si su estado general se lo permite. En caso de realizar esfuerzos físicos en su trabajo, lo habitual es reincorporarse a las 2 o 3 semanas de la operación, siempre que el estado general sea el adecuado.

### **Información importante**

- Es normal que haya pérdida de sensibilidad alrededor de las zonas operadas, se trata de algo temporal y se recupera durante los primeros meses después de la intervención
- Es normal que haya un ligero aumento de la temperatura como respuesta a la operación. Si el aumento persiste o llega a los 38º debe ponerse en contacto con nosotros.
- Si usted hace deporte habitualmente, recuerde que no podrá reincorporarse a su rutina habitual hasta pasadas unas

