



Dr. LONGTON

- CIRUGÍA ESTÉTICA -

INDICACIONES PARA SU ALTA

CIRUGÍA FACIAL

LIFTING FACIAL
LIFTING CERVICAL
BLEFAROPLASTÍA
PEXIA CILIAR
LIPOSUCCIÓN PAPADA

INDICACIONES GENERALES	
REPOSO	<ul style="list-style-type: none"> ● La cama no es parte de postoperatorio normal ● Debe levantarse el día de su cirugía o a más tardar el día siguiente ● No podrá manejar por un lapso variable (aprox 5 días) ● No cargue más peso que una cartera. ● Uso de Medias antiembólicas (blancas) 24/7 x 1 semana ● Al estar en reposo, hacer movimientos frecuentes con los pies como pisando pedales.
FORMA DORMIR	<ul style="list-style-type: none"> ● Dormir de espalda o de lado, idealmente no apoyar la cara en almohada. ● No puede dormir boca abajo al menos por 2 semanas ● Dormir con antifaz por 1-2 semanas en caso de blefaroplastía
ALIMENTACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> ● Después de una cirugía plástica NO es necesario seguir un régimen estricto pero sí debe alimentarse de manera balanceada ● Consuma abundante líquido ● Es muy frecuente que una persona no tenga tránsito intestinal (deposiciones) después de una cirugía por lo que puede usar laxantes suaves como: <ul style="list-style-type: none"> ○ Ciruelax 1 cucharada cada 12 horas vía oral ○ Contumax (Macrogol 3350) 1 sobre disuelto en vaso de agua 1 ó 2 veces al día
DUCHA	<ul style="list-style-type: none"> ● PUEDE ducharse al día siguiente de la operación. ● En caso de ducharse SÍ PUEDE mojar las telas, preocúpese de secar el parche o tela Micropore con secador de pelo en FRÍO ● Las duchas son cortas y con agua TIBIA ● La primera ducha idealmente debe ser acompañada por el riesgo de mareos o desmayos. ● No cerrar el baño con llave, en caso de requerir ayuda. ● En caso de haber drenaje, alguien puede sujetárselo o colgarlo.
ACTIVIDAD SEXUAL	<ul style="list-style-type: none"> ● Retomar suavemente desde la 2ª semana si todo va bien

INDICACIONES GENERALES (continuación)	
ACTIVIDAD DEPORTIVA	<ul style="list-style-type: none"> ● El deporte hace subir la frecuencia cardiaca y la presión arterial, pudiendo generar mayor inflamación y gatillar un hematoma. ● En general, y solo con la autorización respectiva de su médico, podrá iniciar caminatas, elíptica o bicicleta estática suave y progresivamente a partir de la 3^o semana. ● Es normal sentir sensaciones extrañas en la piel (clavadas, hormigueo) y tener una leve inflamación tras el inicio del deporte.
OTROS CUIDADOS	<ul style="list-style-type: none"> ● Usar ICE-PACK (Gel Azul) 4-5 días posteriores a la cirugía: <ul style="list-style-type: none"> ○ Usar 15 min y descansar 45 minutos ○ Repetir 10 veces al día. ○ Su aplicación NUNCA debe ser directamente sobre la piel ○ Revisar constantemente la piel dado que al tener menor sensibilidad en la zona puede auto provocarse quemadura por frío. ● No tomar SOL por ningún motivo. ● Al salir usar protector solar 50 FPS.
DRENAJES	<ul style="list-style-type: none"> ● En caso de tener drenajes, antes de manipularlo debe lavarse las manos con jabón durante 1 minuto. ● Mida el/los drenajes por separado 1 vez al día, ojalá a la misma hora y ANOTE en su celular el volumen que extrajo en mililitros (ml) con la fecha al lado de dicha medición <ul style="list-style-type: none"> ○ Ejemplo día 1^o: 16 ml ○ Ejemplo día 2^o: 7 ml ● Si el drenaje recibe un tirón se puede desconectar, solo debe volver a conectar las uniones. ● Si el drenaje se sale del cuerpo, no es posible volver a ponerlo.
MENTONERA	<ul style="list-style-type: none"> ● 24 horas al día las primeras 1-2 semanas ● 12 horas (NOCHE) por 2 semanas más. ● Gasas permiten absorber escasas gotas de sangre que puedan salir los primeros 2-3 días ● Se puede soltar un rato para descansar o por casos puntuales (reunión). ● Se puede poner más suelta en la noche ajustando el velcro.

INDICACIONES GENERALES (continuación)	
KINESIOLOGÍA	<ul style="list-style-type: none"> ● Es necesario que se realice 5-15 sesiones de Kinesioterapia, que consisten en drenaje linfático, Ultrasonido y Radiofrecuencia. ● Debe UD coordinar las sesiones de antemano con Kn. Patricia Salvatierra <ul style="list-style-type: none"> ○ Whatsapp: +569-82177551 ○ Email: kine.salvatierra@gmail.com ● Debe iniciar sus terapias de kinesiología ANTES del 1º Control con el Dr. Longton.
RESULTADOS	<ul style="list-style-type: none"> ● Los resultados de una cirugía plástica NO son posibles apreciarlos durante los primeros meses después de su cirugía, puede que ud. encuentre poco satisfactorios o fuera de lo que ud se esperaba. ● Frente a esto es importante que le plantee sus miedos a su doctor entendiendo que NO se pueden juzgar, en general, los resultados hasta que haya terminado la cicatrización, hinchazón u otros procesos normales o esperables en una cirugía plástica. ● Las complicaciones que puedan ocurrir durante su postoperatorio pueden generar ansiedad y temor, lo que es entendible, su cirujano plástico es la persona más capacitada para tratarlas.
COSAS ESPERABLES	<ul style="list-style-type: none"> ● Existen situaciones esperables dentro las que podemos nombrar: <ul style="list-style-type: none"> ○ Hinchazón de ojos, cara, manos y pies (<u>NO</u> sirven diuréticos) ○ Dificultad para mover una parte de la cara o los labios. ○ Dificultad para hacer deposiciones ○ Asimetría leve ○ Salida de líquido sanguinolento alrededor de drenaje ○ Cansancio y sueño ○ Dolor de cabeza leve a moderado ○ Telas o Mentonera con manchas con sangre ○ Adormecimiento o Picazón de la zona operada ○ Sensación de líquido o burbujas y electricidad ○ Moretones (Equimosis) ○ Visión borrosa. ○ Lágrimas con sangre. ● En caso de DUDAS, anotarlas para conversarlas en el control.
SIGNOS DE ALARMA (URGENCIA)	<ul style="list-style-type: none"> ○ Asimetría severa ○ Fiebre > 38°C en 2 oportunidades separadas de 2 hrs ○ Pérdida de conciencia ○ Sangrado abundante ○ Dolor excesivo que no cede 1 hr después de tomarse los medicamentos de rescate de dolor indicados ○ Dificultad respiratoria moderada o severa ● En cualquiera de estos casos comunicarse con: <ul style="list-style-type: none"> ○ Dr. Longton +569-90994200 ● En caso de no lograr comunicarse, debe acudir a Urgencia más cercana.

CONTROLES

<p>SECUENCIA DE CONTROLES EN CASO DE EVOLUCIÓN ADECUADA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ud va a requerir una serie de controles que son muy importantes de cumplir para tener una mejor evolución y resultados • Los controles que son muy importantes son los siguientes: <table border="1" data-bbox="501 607 1457 846"> <thead> <tr> <th>Nº CONTROL</th> <th>TIEMPO DESPUÉS DE SU CIRUGÍA</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">6-9 días</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">4-6 semanas</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td style="text-align: center;">3 meses</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> • En caso que el Dr. Longton lo estime, puede ser que se requieran más controles, especialmente durante los primeros 2 meses desde su cirugía en caso de evolución atípica 	Nº CONTROL	TIEMPO DESPUÉS DE SU CIRUGÍA	1	6-9 días	2	4-6 semanas	3	3 meses
Nº CONTROL	TIEMPO DESPUÉS DE SU CIRUGÍA								
1	6-9 días								
2	4-6 semanas								
3	3 meses								
<p>COSTOS ADICIONALES</p>	<ul style="list-style-type: none"> • En caso de necesitar procedimientos auxiliares -como curaciones, resuturas o inyección de corticoides, radiofrecuencia, entre otros- éstos sí generan un cobro de parte de la clínica, por concepto de uso de sala de curaciones, materiales clínicos o costo de insumos como corticoides. • <u>El último control postoperatorio precoz que NO tiene costo es el de los 3 meses</u>, luego del cual Sí tiene costo. • En Clínica NEO debe solicitar su hora a través de: <ul style="list-style-type: none"> ○ Call Center 9-56259665 y +56-2-23631820 ○ Página web www.clinicaneocl.cl ○ Al presentarse con secretaria avisar que se trata de control postoperatorio precoz hasta 3er mes. • En Clínica San Cristóbal debe coordinar su hora a través de: <ul style="list-style-type: none"> ○ <u>Aplicación AgendaPro, la cual debe ser confirmada por el mismo medio.</u> ○ Al presentarse con secretaria recepción avisar que se trata de control postoperatorio precoz. 								

ESTAMOS FELICES DE QUE NOS HAYAS ELEGIDO

***NOS ENCANTARÍA QUE NOS DEJES TUS
COMENTARIOS:***

GOOGLE: DR. CRISTÓBAL LONGTON

INSTAGRAM: @DRLONGTON

DR. CRISTÓBAL LONGTON B.

RUT 13989920-2

RCM 25997-7

Cirujano Plástico

DATOS			
NOMBRE		FECHA	
DIRECCIÓN		RUT	

Rp.

	ARCOXIA 120 MG (Etoricoxib) <ul style="list-style-type: none">• 1 comprimido al día vía oral x 7 días
	PARACETAMOL 1000 MG <ul style="list-style-type: none">• 1 comprimido cada 6 horas via oral x 7 días
	XARELTO 10 MG (Rivaroxaban) <ul style="list-style-type: none">• 1 comprimido al día vía oral x 10 días
	NEFERSIL FAST 125 MG (Clonixinato de Lisina) <ul style="list-style-type: none">• 1 comprimido cada 8 horas via oral x 5 días
	ARNIKADERM o ARNIKAGEL <ul style="list-style-type: none">• 1 aplicación en moretones cada 8 hrs tópico x 7-14 días
	CONTUMAX (Macrogol 3350) <ul style="list-style-type: none">• 1 sobre disuelto en vaso de agua cada 12 hrs x 5 - 7 días
	TRAMAL LONG 50 MG (Tramadol) <ul style="list-style-type: none">• 1 comprimido cada 12 horas oral x 2-3 días COMPRAR SÓLO EN CASO DE MUCHO DOLOR
	LÁGRIMAS ARTIFICIALES <ul style="list-style-type: none">• 1 gota cada 2-4 horas según sensación de sequedad x 15 días
	TOBRADEX UNGÜENTO (Tobramicina+Dexametasona) <ul style="list-style-type: none">• 1 aplicación dentro del ojo al acostarse x 7-10 días
	OTRO: _____

Dr. Cristóbal Longton B.

RUT: 13.989.920-2

RCM: 25997-7

DR. CRISTÓBAL LONGTON B.

RUT 13989920-2

RCM 25997-7

Cirujano Plástico

DATOS			
NOMBRE		FECHA	
DIRECCIÓN		RUT	

Dg: Linfedema

Rp.

	2 EVALUACIONES KINÉSICAS
	___ SESIONES DE KINESITERAPIA <ul style="list-style-type: none">• DL• RF• UT• US• TENS
	OTRO: _____

Dr. Cristóbal Longton B.
RUT: 13.989.920-2
RCM: 25997-7