



Dr. LONGTON  
- CIRUGÍA ESTÉTICA -

## INDICACIONES PARA SU ALTA

### CIRUGÍA FACIAL

LIFTING FACIAL  
LIFTING CERVICAL  
BLEFAROPLASTIA  
PEXIA CILIAR  
LIPOSUCCIÓN PAPADA

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

| INDICACIONES GENERALES (continuación) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ACTIVIDAD DEPORTIVA</b>            | <ul style="list-style-type: none"><li>• El deporte hace subir la frecuencia cardiaca y la presión arterial, pudiendo generar mayor inflamación y gatillar un hematoma.</li><li>• 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 3º semana.</li><li>• Es normal sentir sensaciones extrañas en la piel (clavadas, hormigueo) y tener una leve inflamación tras el inicio del deporte.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>OTROS CUIDADOS</b>                 | <ul style="list-style-type: none"><li>• Usar ICE-PACK (Gel Azul) 4-5 días posteriores a la cirugía:<ul style="list-style-type: none"><li>◦ Usar 15 min y descansar 45 minutos</li><li>◦ Repetir 10 veces al día.</li><li>◦ Su aplicación NUNCA debe ser directamente sobre la piel</li><li>◦ Revisar constantemente la piel dado que al tener menor sensibilidad en la zona puede auto provocarse quemadura por frío.</li></ul></li><li>• No tomar SOL por ningún motivo.</li><li>• Al salir usar protector solar 50 FPS.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>DRENAJES</b>                       | <ul style="list-style-type: none"><li>• En caso de tener drenajes, antes de manipularlo debe lavarse las manos con jabón durante 1 minuto.</li><li>• 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"><li>◦ Ejemplo día 1º: 16 ml</li><li>◦ Ejemplo día 2º: 7 ml</li></ul></li><li>• Si el drenaje recibe un tirón se puede desconectar, solo debe volver a conectar las uniones y reforzar con Tela Micropore.</li><li>• Si el drenaje se sale del cuerpo, no es posible volver a ponerlo.<ul style="list-style-type: none"><li>◦ No es una urgencia</li><li>◦ Solo desinfectar y poner una gasa absorbente</li></ul></li></ul> |
| <b>MENTONERA</b>                      | <ul style="list-style-type: none"><li>• 24 horas al día las primeras 1-2 semanas</li><li>• 12 horas (NOCHE) por 2 semanas más.</li><li>• Gasas permiten absorber escasas gotas de sangre que puedan salir los primeros 2-3 días</li><li>• Se puede soltar un rato para descansar o por casos puntuales (reunión).</li><li>• Se puede poner más suelta en la noche ajustando el velcro.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

| INDICACIONES GENERALES (continuación) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>KINESIOLOGÍA</b>                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Es necesario que se realice 5-15 sesiones de Kinesioterapia, que consisten en drenaje linfático, Ultrasonido y Radiofrecuencia.</li> <li>• Debe UD coordinar las sesiones de antemano con <b>Kn. Patricia Salvatierra</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ <b>Whatsapp: +569-82177551</b></li> <li>◦ Email: <a href="mailto:kine.salvatierra@gmail.com">kine.salvatierra@gmail.com</a></li> </ul> </li> <li>• Debe iniciar sus terapias de kinesiología ANTES del 1° Control con el Dr. Longton.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>RESULTADOS</b>                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 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.</li> <li>• 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.</li> <li>• 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.</li> </ul>                                                                                                                                             |
| <b>COSAS ESPERABLES</b>               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Existen situaciones esperables dentro las que podemos nombrar: <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Hinchazón de ojos, cara, manos y pies (<u>NO sirven diuréticos</u>)</li> <li>◦ Dificultad para mover una parte de la cara o los labios.</li> <li>◦ Dificultad para hacer deposiciones</li> <li>◦ Asimetría leve</li> <li>◦ Salida de líquido sanguinolento alrededor de drenaje</li> <li>◦ Cansancio y sueño</li> <li>◦ Dolor de cabeza leve a moderado</li> <li>◦ Telas o Mentonera con manchas con sangre</li> <li>◦ Adormecimiento o Picazón de la zona operada</li> <li>◦ Sensación de líquido o burbujas y electricidad</li> <li>◦ Moretones (Equimosis)</li> <li>◦ Visión borrosa.</li> <li>◦ Lágrimas con sangre.</li> </ul> </li> <li>• En caso de DUDAS, anotarlas para conversarlas en el control.</li> </ul> |
| <b>SIGNOS DE ALARMA (URGENCIA)</b>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Asimetría severa</li> <li>◦ Fiebre &gt; 38°C en 2 oportunidades separadas de 2 hrs</li> <li>◦ Pérdida de conciencia</li> <li>◦ Sangrado abundante</li> <li>◦ Dolor excesivo que no cede 1 hr después de tomarse los medicamentos de rescate de dolor indicados</li> <li>◦ Dificultad respiratoria moderada o severa</li> <li>• En cualquiera de estos casos comunicarse con: <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ <b>Dr. Longton +569-90994200</b></li> </ul> </li> <li>• En caso de no lograr comunicarse, debe acudir a Urgencia más cercana.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                  |

| CONTROLES                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                              |                              |   |          |   |             |   |         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|------------------------------|---|----------|---|-------------|---|---------|
| SECUENCIA DE CONTROLES EN CASO DE EVOLUCIÓN ADECUADA                                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Ud va a requerir una serie de controles que son muy importantes de cumplir para tener una mejor evolución y resultados</li><li>• Los controles que son muy importantes son los siguientes:</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                              |                              |   |          |   |             |   |         |
|                                                                                                                                                                                                                            | <table><tr><th>Nº CONTROL</th><th>TIEMPO DESPUÉS DE SU CIRUGÍA</th></tr><tr><td>1</td><td>6-9 días</td></tr><tr><td>2</td><td>4-6 semanas</td></tr><tr><td>3</td><td>3 meses</td></tr></table>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                              |                              |   |          |   |             |   |         |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• 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</li></ul> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                              |                              |   |          |   |             |   |         |
|                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                              |                              |   |          |   |             |   |         |
| COSTOS ADICIONALES                                                                                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"><li>• 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.</li><li>• <u>El último control postoperatorio precoz que NO tiene costo es el de los 3 meses</u>, luego del cual Sí tiene costo.</li><li>• En <b>CLÍNICA NEO</b> debe solicitar su hora a través de:<ul style="list-style-type: none"><li>◦ <b>WhatsApp +569 5219 6531</b></li><li>◦ Lunes a viernes entre 9 a y 6 pm</li></ul></li><li>• Al presentarse con secretaria avisar que se trata de control postoperatorio precoz hasta 3er mes.</li></ul> |                              |                              |   |          |   |             |   |         |

## 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.

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

---

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