



Dr. LONGTON
- CIRUGÍA ESTÉTICA -

INDICACIONES PARA SU ALTA

CIRUGÍA NASAL

RINOPLASTÍA
SEPTOPLASTÍA
RINOSEPTOPLASTÍA
CORNETES

INDICACIONES GENERALES	
REPOSO	• 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 4 días) • No cargue más peso que una cartera. • Uso de Medias antiembólicas (blancas) 24/7 x 1 semana
FORMA DORMIR	• Dormir boca arriba o de lado por al menos 3 semanas, idealmente no apoyar la nariz en almohada. • No puede dormir boca abajo al menos por 4 semanas
ALIMENTACIÓN	• Consuma abundante líquido • Después de una cirugía plástica NO es necesario seguir un régimen estricto pero sí debe alimentarse de manera balanceada
DUCHA	• Ducharse del cuello para abajo al día siguiente de la operación. • Lavarse el pelo echando cabeza para atrás o peluquería. • NO MOJAR la férula nasal la primera semana. • 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. • Al quedar sólo con tela Micropore la segunda semana la ducha puede ser normal. Secar parches con secador de pelo.

INDICACIONES GENERALES (continuación)	
NARICERA	• Cambio de Gasa naricera según necesidad en caso de sangrado los primeros 2-3 días. • Pegar gasa con tela Micropore a los pómulos. • Estornudar por la boca (boca abierta). • No sonarse por 4 semanas.
ACTIVIDAD DEPORTIVA	• El deporte hace subir la frecuencia cardiaca y la presión arterial, pudiendo generar mayor inflamación y gatillar un hematoma. • Podrá iniciar caminatas, elíptica o bicicleta estática suave y progresivamente a partir de la 4º semana. • Es normal sentir sensaciones extrañas en la piel (clavadas, hormigueo) y tener un leve inflamación tras el inicio del deporte.
ACTIVIDAD SEXUAL	• Retomar suavemente desde la 2ª semana si todo va bien
OTROS CUIDADOS	• Usar ICE-PACK (Gel Azul) 4-5 días posteriores a la cirugía: ◦ Usar 15 min y descansar 45 minutos ◦ Repetir 10 veces al día. • Aplicar poniéndolo de forma oblicua en la cara, de forma que cubra el pómulo, canto interno del ojo y entrecejo. • No tomar SOL por ningún motivo mientras haya moretones. • Al salir, usar protector solar 50 FPS.

INDICACIONES GENERALES (continuación)	
KINESIOLOGÍA	• En caso de rinoplastía, es recomendable que se realice 5-10 sesiones de Kinesioterapia, que consisten en ◦ Masajes ◦ Ultrasonido y Radiofrecuencia ◦ Ejercicios Terapéuticos • Debe UD coordinar las sesiones de antemano con Kn. Patricia Salvatierra ◦ Whatsapp: +569-82177551 ◦ Email: kine.salvatierra@gmail.com • Debe iniciar sus terapias de kinesiología DESPUÉS del 1º Control con el Dr. Longton a la semana postop.
RESULTADOS	• 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. • 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 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	• Existen situaciones esperables dentro las que podemos nombrar: ◦ Hinchazón importante de la cara (NO sirven diuréticos) ◦ Asimetría leve ◦ Salida de líquido sanguinolento de la nariz x 2-3 días. ◦ Cansancio y sueño, dolor de cabeza leve a moderada ◦ Telas con manchas con sangre. ◦ Adormecimiento o Picazón de la zona operada ◦ Sensación de líquido o burbujas y electricidad ◦ Moretones (Equimosis), los que van bajando por la cara. ◦ Visión borrosa y sangre en la conjuntiva (parte blanca del ojo) ◦ Lágrimas con sangre. • En caso de DUDAS, anotarlas para conversarlas en el control.
SIGNOS DE ALARMA (URGENCIA)	Son signos de preocupación: ◦ 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: ◦ Dr. Longton +569-90994200

- En caso de no lograr comunicarse acudir a Urgencia más cercana.

CONTROLES

SECUENCIA DE CONTROLES EN CASO DE EVOLUCIÓN ADECUADA

- 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 más importantes son los siguientes:

Nº CONTROL	TIEMPO DESPUÉS DE SU CIRUGÍA
1	6-9 días
2	4-6 semanas
3	3 meses

- 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.

COSTOS ADICIONALES

- En caso de necesitar procedimientos auxiliares -como curaciones, resuturas o inyección de corticoides, ácido hialurónico, 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.
- El último control postoperatorio precoz que NO tiene costo es el de los 3 meses, luego del cual SÍ tiene costo.
- En **CLÍNICA NEO** debe solicitar su hora a través de:
 - **WhatsApp +569 5219 6531**
 - Lunes a viernes entre 9 a y 6 pm
- Al presentarse con secretaria avisar que se trata de control postoperatorio precoz hasta 3er mes.

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) 1 comprimido al día vía oral x 7 días
	PARACETAMOL 1000 MG 1 comprimido cada 6 horas via oral x 7 días
	XARELTO 10 MG 1 comprimido al día vo x 10 días
	NEFERSIL FAST 125 MG (Clonixinato de Lisina) 1 comprimido cada 8 horas via oral x 5 días
	ARNIKADERM o ARNIKAGEL 1 aplicación cada 8 hrs tópico x 7-14 días
	CONTUMAX (Macrogol 3350) 1 sobre disuelto en vaso de agua cada 12 hrs x 5-7 días
	TRAMAL LONG 50 MG 1 comprimido cada 12 horas vía oral x 2-3 días SOLO EN CASO DE MUCHO DOLOR
	STERIMAR (solución fisiológica nasal) 1 puff 2-3 veces al día por 21 días
	ILIADÍN (Oximetazolina) 1 Puff en caso de obstrucción nasal severa x 7-10 días, máximo 3 al día.
	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 • DL • RF • UT • US • TENS
	OTRO: _____



Dr. Cristóbal Longton B.

RUT: 13.989.920-2

RCM: 25997-7