



Dr. LONGTON  
- CIRUGÍA ESTÉTICA -

## INDICACIONES PARA SU ALTA

### CIRUGÍA GENITAL

LABIOPLASTÍA  
REDUCCIÓN LABIOS MAYORES  
LIPOINYECCIÓN GENITAL  
VAGINOPERINEOPLASTÍA  
CLITOROPEXIA  
REDUCCIÓN DE CLÍTORIS  
PTOSIS PUBIS  
RECONSTRUCCIÓN LABIOS MENORES  
CIRUGÍA DEL CAPUCHÓN DEL CLÍTORIS  
PENE OCULTO  
PLIEGUE PENO-ESCROTAL  
PTOSIS PUBIS

<b>INDICACIONES GENERALES</b>	
<b>REPOSO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● REPOSO EN CAMA por 3-4 días</li><li>● Levantarse sólo al baño y a comer.</li><li>● No podrá manejar por un lapso variable (aprox 4-5 días)</li><li>● No cargue más peso que una cartera o maletín computador.</li><li>● Uso de Medias antiembólicas (blancas) 24/7 x 1 semana</li></ul>
<b>FORMA DORMIR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● La posición es indiferente, sin restricción.</li></ul>
<b>ALIMENTACIÓN</b>	<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>● Evitar los alimentos que le provocan hinchazón o estreñimiento</li><li>● Tome 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>
<b>DUCHA</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Puede ducharse al día siguiente de la operación.</li><li>● La tela Micropore -si las hubiera- se puede mojar y secar luego con secador de pelo en FRÍO</li><li>● Las duchas son cortas y con agua TIBIA.</li><li>● Evitar baño de tina por 3 semanas.</li><li>● La primera ducha idealmente debe ser acompañado por el riesgo de mareos o desmayos</li></ul>
<b>ACTIVIDAD SEXUAL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Abstinencia sexual por 1 mes.</li><li>● En cirugía masculina, Intentar aplacar erección matinal.</li><li>● La masturbación puede dañar significativamente la cirugía.</li></ul>

<b>INDICACIONES GENERALES (continuación)</b>	
<b>ACTIVIDAD DEPORTIVA</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• No debe realizar ningún ejercicio hasta que su médico lo indique</li><li>• En general, y solo con la autorización respectiva de su médico, podrá iniciar caminatas o elíptica suave a partir de la 3-4<sup>o</sup> semana</li><li>• Deportes de impacto como trotar, pesas, funcional, TRX, pilates, yoga, spinning, entre otros deben posponerse como mínimo hasta la 6<sup>a</sup> semana postoperatoria</li></ul>
<b>OTROS CUIDADOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Puede usar ICE-PACK (Gel Azul) como analgesia los 3-4 días posteriores a la cirugía<ul style="list-style-type: none"><li>○ Su aplicación NUNCA debe ser directamente sobre la piel</li><li>○ Usar 15 min y descansar 45 minutos</li><li>○ Repetir 10 veces al día.</li></ul></li><li>• En Cirugía Femenina, buscar un lugar con privacidad e intentar exponer zona genital al sol y airear frecuentemente, para evitar exceso de humedad.</li><li>• En Cirugía Femenina recomiendo usar ropa interior de algodón y protectores diarios.</li></ul>
<b>DRENAJES (SOLO SI TUVIERAS)</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 1-3 veces al día, ojala 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 1<sup>o</sup>: 8+10 ml = 18 ml</li><li>○ Ejemplo día 2<sup>o</sup>: 7 ml</li></ul></li><li>• A medida que pasan los días el líquido del drenaje pasará de ser sanguinolento a más claro.</li><li>• En raras ocasiones si se tapa el drenaje por coágulos o grasa, el líquido puede buscar salida a través de la herida, lo que habitualmente NO es grave y solo se observa. Puede apretar o masajear las uniones de silicona para soltar los coágulos internos.</li><li>• Si el drenaje recibe un tirón se puede desconectar, no es grave, sólo debe volver a conectar las uniones.</li><li>• Si el drenaje se sale del cuerpo, no es posible volver a ponerlo. Avise al Dr. Longton pero recuerde que sólo hay que desinfectar.</li></ul>

<b>INDICACIONES GENERALES (continuación)</b>	
<b>USO FAJA (Cirugía del Pubis)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Faja debe usarlo día y noche durante el 1º mes</li><li>• Tablilla acolchada en el pubis se usa por 2 semanas 24/7.</li></ul>
<b>TELAS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tela Micropore se puede cambiar cada 4-5 días.</li><li>• Uso por 6 semanas.</li><li>• No requiere una curación en particular.</li><li>• Se puede mojar con la ducha, secar con secador de pelo frío.</li></ul>
<b>RESULTADOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Los resultados de una cirugía plástica NO es posible apreciarlos durante los primeros 2-3 meses después de su cirugía hasta que haya terminado la cicatrización, hinchazón u otros procesos normales o esperables, puede que ud. encuentre poco satisfactorios o fuera de lo que ud se esperaba.</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>• <u>Hinchazón importante</u> genitales (NO sirven diuréticos)</li><li>• Dificultad para hacer deposiciones</li><li>• Asimetría leve a moderada.</li><li>• Salida líquido sanguinolento alrededor de drenaje si tiene</li><li>• Cansancio y sueño</li><li>• Dolor de cabeza leve a moderado</li><li>• Telas con manchas con sangre o faja muy manchada</li><li>• Adormecimiento o Picazón de la zona operada</li><li>• Sensación de líquido o burbujas y electricidad</li><li>• Moretones (Equimosis)</li><li>• En caso de DUDAS simples favor anotarlas para conversarlas con Dr Longton en el control médico</li></ul>
<b>SIGNOS DE ALARMA (URGENCIA)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Asimetría severa</li><li>○ Fiebre sobre 38°C en 2 oportunidades separadas de 2 hrs</li><li>○ Pérdida de conciencia</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 URGENTE 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 al Servicio de Urgencia más cercano.</li></ul>

<b>CONTROLES</b>									
<b>SECUENCIA DE CONTROLES EN CASO DE EVOLUCIÓN ADECUADA</b>	<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 border="1"><thead><tr><th><b>Nº CONTROL</b></th><th><b>TIEMPO DESPUÉS DE SU CIRUGÍA</b></th></tr></thead><tbody><tr><td><b>1</b></td><td>6-9 días</td></tr><tr><td><b>2</b></td><td>4-6 semanas</td></tr><tr><td><b>3</b></td><td>3 meses</td></tr></tbody></table> <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>	<b>Nº CONTROL</b>	<b>TIEMPO DESPUÉS DE SU CIRUGÍA</b>	<b>1</b>	6-9 días	<b>2</b>	4-6 semanas	<b>3</b>	3 meses
<b>Nº CONTROL</b>	<b>TIEMPO DESPUÉS DE SU CIRUGÍA</b>								
<b>1</b>	6-9 días								
<b>2</b>	4-6 semanas								
<b>3</b>	3 meses								
<b>COSTOS ADICIONALES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• En caso de necesitar procedimientos auxiliares -como curaciones, resuturas o inyección de corticoides, 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>• En <b>CLÍNICA CORDILLERA</b> debe solicitar su hora a través de:<ul style="list-style-type: none"><li>◦ <b>Call Center +56-2-2834 7500</b></li><li>◦ <b>Página web</b> <a href="https://agenda.interclinica.cl/cordillera">https://agenda.interclinica.cl/cordillera</a></li></ul></li><li>• Al presentarse con secretaria recepción avisar que se trata de control postoperatorio precoz.</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>PARACETAMOL 1000 MG</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 comprimido cada 6 horas via oral x 7 días</li></ul>
	<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>XARELTO 10 MG (Rivaroxaban)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 comprimido al día vía oral x _____ días</li></ul>
	<b>NEFERSIL FAST 125 MG (Clonixato de Lisina)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 comprimido cada 8 horas via oral x 5días</li></ul>
	<b>ARNIKADERM o ARNIKAGEL</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 aplicación cada 8 hrs tópico x 7-14 días</li></ul>
	<b>TRAMAL LONG 50 MG (Tramadol)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 comprimido cada 12 horas vía oral x 2-3 días <u>SÓLO EN CASO DE MUCHO DOLOR</u></li></ul>
	<b>LYRICA 75 MG (Pregabalina)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 comprimido cada 12 horas vía oral x 15 días</li></ul>
	<b>METAMIZOL SÓDICO 300 MG</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 comprimido cada 8 horas via oral x 5 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.

	<b>2EVALUACIONES KINÉSICAS</b>
	<b>SESIONES DE KINESITERAPIA</b> <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