



# CONSEJOS POSTERIORES A LA REALIZACIÓN DEL PROCEDIMIENTO OTOPLASTIA

Estimado paciente,

Usted se acaba de intervenir del procedimiento denominado **Otoplastia**, y como consecuencia, debe conocer los siguientes aspectos relacionados con su curación y su responsabilidad para que el resultado de la cirugía sea el óptimo. Recuerde que una cirugía o un tratamiento médico ejecutado con la mayor corrección puede no dar el resultado deseado debido a un mal cumplimiento por parte del paciente.

## REINCORPORACIÓN A LA VIDA LABORAL

Después de este procedimiento, se considera habitual poder volver a reiniciar su actividad laboral normal al cabo de los siete días, aunque existen casos con recuperación más lenta de lo habitual que pueden requerir hasta incluso dos o tres semanas para lograrlo. El tipo de actividad laboral puede ser muy diferente entre pacientes, por lo que le aconsejamos que consulte a su médico según su tipo de trabajo.

## REINCORPORACIÓN AL EJERCICIO FÍSICO HABITUAL

Después de este procedimiento, se considera habitual poder volver a reiniciar su actividad física normal al cabo de las dos semanas, aunque existen casos con recuperación más lenta de lo habitual que pueden requerir hasta incluso cuatro semanas para lograrlo. Para que pueda tener una referencia, se adjunta el tipo de ejercicio y el tiempo que se aconseja estar sin practicarlo:

- Actividad aerobia suave (caminar, pasear, pilates, yoga): siete días.
- Actividad aerobia exigente (correr, bicicleta): catorce días.
- Actividad anaerobia (pesas, cross training, etc.): cuatro semanas.

## DIETA RECOMENDADA

Se recomienda el consumo de una dieta de fácil masticación durante los próximos cinco días. Un ejemplo de dicha dieta puede ser:  
Alimentos que no tengan una consistencia mayor que la pasta o el pescado hervido.

## TABACO Y VAPEADORES

El consumo de tabaco se considera estrictamente prohibido tanto en las 2 semanas previas como en las 4 semanas posteriores al procedimiento que se va a realizar. No habiéndose demostrado la influencia del consumo de vapeadores durante la recuperación de este procedimiento, se aconseja la abstención o la reducción al mínimo posible en el consumo de estos dispositivos.



## **VIAJES**

Tras la realización de este procedimiento, se recomienda no tomar vuelos durante un periodo de siete días. Igualmente se recomienda que el paciente no conduzca durante los primeros 3 días desde la realización del procedimiento.

## **UTILIZACIÓN DE LENTES DE CONTACTO, GAFAS DE SOL O GAFAS DE LECTURA**

En esta intervención NO se contraindica el uso de lentes de contacto, gafas de sol o de lectura. Las patillas de las gafas pueden producir una pequeña molestia al apoyarse en los pabellones auriculares los primeros días y puede ser necesario retirarlas durante unos días.

## **CURAS**

Es probable que lleve un vendaje y unos drenajes que se retiran, habitualmente, al día siguiente de la intervención. Los pabellones auriculares permanecerán con unos moldes, normalmente de algodón, que se dejarán siete días; es importante que no toque no se quite los moldes. Será conveniente que se ponga la pomada antibiótica en la incisión en el surco detrás del pabellón auricular utilizando un bastoncillo.

## **HIGIENE PERSONAL**

Usted podrá realizar una ducha normal al cabo de las primeras 24 horas tras el procedimiento, intentando no mojar la herida. Una vez termine la ducha, puede secarse con secador de aire frío la zona tratada. Podrá ducharse con normalidad al cabo de los 5-6 días tras el procedimiento.

## **RETIRADA DE PUNTOS**

De manera habitual, las suturas empleadas deben retirarse al cabo de unos 7-8 días. A criterio de su médico, puede ser necesario mantenerlas o sustituirlas durante más tiempo del indicado.

## **DISPOSITIVOS EXTERNOS**

Para la recuperación tras su procedimiento, se le aconseja llevar una cinta o banda alrededor de los pabellones auriculares a la hora de dormir durante un mes aproximadamente.

## **MEDICACIÓN HABITUAL**

Para la recuperación tras el presente procedimiento, se recomienda la administración de ciertos medicamentos como, por ejemplo:

Antibióticos: Cefuroxima 500 mg. v.o. c/12h. x 7 días.

Analgésicos: Enantyum 25 mg. v.o. c/8h. x 10 días.

Pomadas: Terramicina pomada y aplicación c/12h. sobre puntos externos x 14 días.

## **SEÑALES DE ALARMA**

El dolor intenso que no se calma con los analgésicos pautados es infrecuente tras este procedimiento, siendo aconsejable buscar valoración médica. Es habitual que se produzca un



sangrado leve, pero que dure varias horas, de la herida quirúrgica después de retirar los drenajes; lo único necesario es limpiar la piel con una gasa, el sangrado se detendrá solo.

### VALORACIÓN DEL RESULTADO ESTÉTICO

Debe saber que pueden pasar semanas o meses hasta que se consiga el resultado deseado. No se considerará la posibilidad de una reintervención para mejorar el resultado estético hasta que no pase al menos 12 meses desde la realización del procedimiento inicial. Debe recordar que el proceso de desinflamación es asimétrico, pudiendo parecer un lado diferente al contrario.

### FORMA PACTADA DE CONTACTO CON EL CENTRO MÉDICO

Se establece que en caso de presentar una posible complicación como las anteriormente descritas tanto en el consentimiento informado como en el presente documento, el paciente podrá ponerse en contacto con el Doctor/a \_\_\_\_\_ de la siguiente manera:

- Teléfono de urgencia
- Correo electrónico de urgencia:
- Horario de urgencias
  - Lunes a Viernes: de \_\_:\_\_ horas hasta las \_\_:\_\_ horas
  - Sabados: de \_\_:\_\_ horas hasta las \_\_:\_\_ horas
  - Domingos y festivos:

En el caso en el que por una situación imprevista fuera imposible la atención por parte de su médico habitual, se acuerda que podrá acudir al servicio de Urgencias del centro hospitalario de \_\_\_\_\_ con dirección \_\_\_\_\_

Debe saber que el coste de la atención de urgencias por cualquiera de los posibles problemas citados previamente no está incluido en el presupuesto facilitado, y que usted deberá abonarlo al finalizar el proceso de atención de urgencias.

### OTRAS PARTICULARIDADES QUE DEBE TENER EN CUENTA EN SU CASO

- 1º \_\_\_\_\_
- 2º \_\_\_\_\_
- 3º \_\_\_\_\_
- 4º \_\_\_\_\_
- 5º \_\_\_\_\_
- 6º \_\_\_\_\_
- 7º \_\_\_\_\_
- 8º \_\_\_\_\_
- 9º \_\_\_\_\_



10°

---

Fecha:

Firma paciente

Firma medico