



CONSEJOS POSTERIORES A LA REALIZACIÓN DEL PROCEDIMIENTO CIRUGIA DE CORRECCIÓN DE CICATRICES

Estimado paciente,

Usted se acaba de intervenir del procedimiento denominado Cirugía de corrección de cicatrices, 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 la primera semana, aunque existen casos con recuperación más lenta de lo habitual que pueden requerir hasta incluso dos 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 los 7 días, aunque existen casos con recuperación más lenta de lo habitual que pueden requerir hasta incluso dos 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): 7 días
- Actividad aerobia exigente (correr, bicicleta): 30 días
- Actividad anaerobia (pesas, cross training, etc): 30 días

DIETA RECOMENDADA

Se recomienda el consumo de una dieta blanda durante los próximos 7 días. Un ejemplo de dicha dieta puede ser: Dieta Fría Líquida, agua, infusiones frías, leche y lácteos, batidos, yogures, cremas frías, gazpacho.

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.

PROTECCIÓN SOLAR

La protección solar es clave para la prevención de hiperpigmentaciones en la piel, así como de asimetrías en el proceso de desinflamación. Se recomienda que se aplique una capa de protector solar con factor 50 a partir del día posterior al procedimiento por toda la cara al menos una vez al día. Esta recomendación debe estar presente durante los 3 primeros meses tras la realización del procedimiento.

VIAJES

Tras la realización de este procedimiento, se recomienda no tomar vuelos durante un periodo de 4 días. Igualmente se recomienda que el paciente no conduzca durante los primeros 3 días desde la realización del procedimiento.

MAQUILLAJE

Se considera que no existe riesgo de empeoramiento de la herida ni la cicatrización debido al maquillaje al cabo de los 14 días tras la realización del procedimiento.

PREVENCIÓN DE HEMATOMAS

Se puede emplear cremas de árnica para el tratamiento y prevención de hematomas y cardenales a partir de las primeras 24 horas de 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, excepto si lo indica su médico.

CURAS

Las curas de las heridas deben ser realizadas por el propio paciente, y deben constar de tres apartados:

1º Lavado de la zona: Debe realizarse con suero fisiológico y una gasa esteril, para retirar los desechos de la cicatrización. Determinadas zonas pueden necesitar que se diluya agua oxigenada en el suero para eliminar las costras de manera más eficaz.

2º Desinfección: Las heridas de la piel deben desinfectarse con clorhexidina a una concentración del 0,12% al 2%. Debe aplicarse abundante cantidad de forma directa, con una gasa o con un hisopo o bastoncillo de los oídos. Una vez aplicado, deberá dejarse secar de manera natural.



3º Oclusión de la zona: La herida se recomienda que esté tapada con un apósito estéril durante los primeros 7 días, y posteriormente podrá dejarse al descubierto

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 días. A criterio de su médico, puede ser necesario mantenerlas o sustituirlas durante más tiempo del indicado.

APOSITOS DE SILICONA

Tras la retirada de los puntos de sutura, podrá aplicar tiras de silicona adhesiva sobre la herida para mejorar su cicatrización. Se recomienda que se mantengan durante un periodo de al menos 3 meses.

MEDICACIÓN HABITUAL

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

Antibióticos:

Analgésicos:

Antiinflamatorios:

Corticoides:

Colirios:

Colutorios:

Cremas hidratantes:

Cremas cicatrizantes:

POSIBLES COMPLICACIONES QUE PUEDEN APARECER

A pesar de su relativa poca frecuencia, cada operación quirúrgica implica cierto riesgo y es importante que usted entienda los riesgos que implican. La decisión que un individuo toma de someterse a una operación quirúrgica se basa en comparar el riesgo con el beneficio potencial.



Aunque la mayoría de los pacientes no experimentan las siguientes complicaciones, usted debe hablar de cada una de ellas con su cirujano y cerciorarse de que entienda los riesgos, complicaciones potenciales y consecuencias de la cirugía del retoque de cicatrices.

Dolor:

Después de la cirugía es normal que pueda doler un poco la zona, sin embargo en escala del dolor, generalmente se manejan perfectamente con analgésicos de uso convencional.

Hemorragias y Morados:

Es posible aunque poco usual, experimentar un episodio de hemorragia o sangrado durante o después de la cirugía. En ocasiones puede solo ser necesario comprimir firmemente la zona para evitar la hemorragia. En caso de sangrado abundante es probable que necesite un tratamiento de urgencia para drenar la sangre acumulada (hematoma). No tome ninguna aspirina por diez días antes de la cirugía, ya que esto puede incrementar el riesgo de hemorragia. En caso de aparecer morados estos desaparecerán en cuestión de pocos días, pudiendo agregarse alguna crema para acelerar la desaparición. Los medios materiales necesarios para controlar y remediar esta circunstancia no están contemplados en el presupuesto inicial y deben ser asumidos por el paciente.

Dehiscencia:

Mientras esta cicatrizando la herida es posible que se abra, total o parcialmente la zona reparada; esto puede ser causado por ejercicio, infección, rechazo a la sutura o mala cicatrización. Si esto ocurre, se necesitarían tratamientos adicionales.

Anestesia quirúrgica y alergias:

Tanto la anestesia local como general implican un riesgo. Existe la posibilidad de complicaciones, lesiones, reacciones indeseables o incluso colapso, aunque afortunadamente es extremadamente infrecuente. En algunos casos se han reportado reacciones alérgicas a la cinta adhesiva, material de sutura o preparaciones tópicas. Pueden ocurrir reacciones sistémicas más severas a medicamentos que se usan durante la cirugía y a las medicinas recetadas. Estas reacciones pueden requerir tratamiento adicional.

Infección :

Como toda operación puede existir el riesgo de infección. Realizando la adecuada preparación del paciente y adecuadas medidas de asepsia y antisepsia es relativamente poco frecuente. En caso de que sucediera se tratará con antibióticos vía oral o tópicos.

Necrosis:

Es muy poco frecuente, pero en ciertas condiciones es posible que la piel sometida a un procedimiento quirúrgico sufra cierta hipoxia, especialmente el tejido cicatrizal, esta puede ser superficial y no dejar ningún tipo de secuelas, o puede ser más profunda comprometiendo la viabilidad de los tejidos y que puede dejar secuelas como escaras, úlceras y solución de continuidad a nivel de la piel y que requieran procedimientos médico-quirúrgicos posteriores. Existen factores que pueden propiciar la aparición de este tipo de complicaciones tales como insuficiencia venosa o arterial, obstrucción linfática, tabaquismo.



Daños a estructuras profundas:

Según la zona, extensión o localización de las secuelas cicatrízales, algunas estructuras profundas tales como nervios, arterias o músculos podrían ser afectadas durante el proceso de cirugía. El potencial de que esto ocurra varía de la parte del cuerpo la cual va a ser operada, pero es infrecuente. Estas posibles lesiones podrían ser temporales o permanentes.

Modificación del resultado:

Toda cirugía implica cicatrices, algunas más visibles que otras. A pesar de que se espera una buena cicatrización después de una revisión de cicatrices, puede haber anomalías en la piel y en los tejidos subcutáneos. Es probable que las nuevas cicatrices no sean muy atractivas y que tengan un color diferente al tono de la piel que se encuentra a su alrededor. Es posible que queden marcas de las suturas que se emplearon en la cirugía. En algunos casos se necesitará nueva cirugía correctiva o tratamientos adicionales.

Intolerancia al material de sutura:

En algunos casos existe una intolerancia al material empleado para la sutura, esto puede condicionar la presencia de pequeños abscesos y dehiscencia parcial de la herida, lamentablemente esta intolerancia es algo que no depende del cirujano sino de las características propias de cada paciente, en caso de que suceda (puede ser en algunas zonas puntuales o en toda la extensión de la herida), habría que volver a plantear un mínimo retoque de las cicatrices.

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
 - Sábados: 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 _____

10º _____

Fecha:

Firma paciente

Firma medico