

Cuidados con la Alimentación:

Si la cirugía involucra vía digestiva siga las indicaciones del médico tratante con respecto a la dieta.

- Iniciar durante el primer día el consumo de alimentos líquidos (que no contengan mucho gas, leche y sus derivados), si no se presentan náuseas o vómito, continuar con una dieta blanda; alimentos cocidos o asados no fritos y evitar alimentos crudos como las ensaladas, al igual que alimentos pesados (frijoles, condimentos) para evitar la aparición de gases y molestias digestivas.
- Consumir carnes y alimentos con alto contenido de fibra como frutas y verduras.
- Ingerir abundantes líquidos, así se previene el estreñimiento.

Cuidados con la Herida:

- Lavar muy bien las manos antes y después de manipular la herida.
- Las primeras 48 horas después de la cirugía, cubrir con un plástico, el sitio de la herida al bañarse, con el fin de evitar la humedad.
- Después de 48 horas se puede lavar el sitio de la cirugía, sino existen signos de infección como enrojecimiento de la herida, calor, salida de pus.
- Puede cubrir nuevamente la herida con gasa limpia o puede dejarla descubierta.
- No aplicar cremas o ungüentos que no sean formulados por el médico.
- Si la herida tiene formación de costras, dejar que estas se desprendan espontáneamente, para una mejor cicatrización.
- En heridas de cara, evitar la exposición al sol y utilizar crema antisolar durante 6 meses según la orden médica.

Cuidados Respiratorios:

Para evitar complicaciones pulmonares:

- Hacer respiraciones profundas varias veces al día.
- Permanecer sentado la mayor parte del día, o caminar trayectos cortos si su estado lo permite.

Consultar al Médico Si:

Presenta signos de infección como:

- Salida de Pus (materia) por la herida quirúrgica.
- Dolor intenso que no mejora con analgésicos.
- Calor, rubor (Colorado) y endurecimiento de la herida.
- Si presenta temperatura mayor de 38°C.
- Formación de equimosis (morados) alrededor de la herida y sangrado persistente.
- Salida de otro líquido por la herida en forma continua (líquido blanco o amarillo)

Otros Cuidados:

- Realizar actividades diarias normales sin exceder en esfuerzo físico.
- Realizar periodos de reposo y actividad.
- Tomar los medicamentos ordenados por el médico, no se automedique.
- Si tiene vendajes o yesos no retirar sin orden del médico, cubrir con bolsas plásticas en el momento del baño.
- Si su cirugía fue con anestesia general, es normal presentar durante las primeras horas después de la cirugía náuseas y/o vómito; al día siguiente dolor muscular generalizado y sensación de debilidad.
- Consultar a la EPS correspondiente en caso de tener suturas si su cita de revisión supera los 10 días luego de la cirugía.