



CONSEJOS POSTERIORES A LA REALIZACIÓN DEL PROCEDIMIENTO PTOSIS DEL PÁRPADO SUPERIOR

Estimado paciente,

Usted se acaba de intervenir del procedimiento denominado Ptosis Palpebral, 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 las 1 - 2 semanas aunque existen casos con recuperación más lenta de lo habitual que pueden requerir más tiempo. 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 1 - 2 semanas aunque existen casos con recuperación más lenta de lo habitual que pueden requerir más tiempo. 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): 7 - 14 días
- Actividad anaerobia (pesas, cross training, etc): 1 mes

DIETA RECOMENDADA

Se recomienda el consumo de una dieta normal después de esta cirugía.

TABACO Y VAPEADORES

El consumo de tabaco se está desaconsejado tanto en las 2 semanas previas como en las 4 semanas posteriores al procedimiento que se va a realizar, ya que puede influir negativamente en el proceso de cicatrización y por tanto en el resultado final. Respecto al uso de vapeadores, no se ha demostrado la influencia del mismo, pero 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 evitar completamente la exposición al sol después de la cirugía hasta que la herida haya curado por completo (no salir a la calle en las horas centrales del día en los días soleados, usar gafas de sol, usar gorras y sombreros, etc.), a partir de este momento, puede aplicarse una capa de protector solar con factor 50 antes de salir a la calle, con mucho cuidado y evitando que entre dentro del ojo. Si después Esta recomendación debe estar presente durante los 3 primeros meses tras la realización del procedimiento.

VIAJES Y CONDUCCIÓN

Tras la realización de este procedimiento, se puede viajar con normalidad, aunque si no es por necesidad, recomienda no tomar vuelos durante un periodo de 3 - 4 días. Respecto a la conducción, se deja a criterio del paciente y de su responsabilidad, ya que la cirugía en sí misma no lo contraindica, pero las molestias oculares pueden suponer un riesgo de sufrir un accidente, hay casos en los que si la inflamación es muy leve se puede volver a conducir a los 2 – 3 días, pero otros casos en los que la recuperación puede ser más lenta, y por tanto es preferible evitar conducir hasta que se hayan recuperado las facultades plenas.

MAQUILLAJE

Es importante evitar el uso de maquillaje alrededor de los ojos hasta la retirada de los puntos de sutura, en ese momento su cirujano le indicará cuando puede volver a usar maquillajes.

PREVENCIÓN DE HEMATOMAS

Al tratarse de la zona periocular no es recomendable el uso de cremas ni otros productos farmacéuticos orientados para disminuir la aparición de hematomas. Los buenos cuidados postoperatorios y evitar el tabaquismo influirán en que los hematomas que aparezcan puedan ser mínimos.

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

El uso de lentes de contacto no es recomendable después de esta intervención hasta que no finalice por completo el proceso de curación, consulte con su cirujano para que le indique cual es el mejor momento. Sin embargo, se recomienda el uso de gafas de sol desde inmediatamente después de la cirugía a modo de protección solar de la herida. Obviamente, el uso de gafas de lejos o de lectura no está contraindicado tras la intervención.



CURAS

La ptosis palpebral puede realizarse según diferentes técnicas en función del caso, en ocasiones se ponen puntos de piel, y otras veces no hay puntos cutáneos ya que la cirugía se realiza a través de la conjuntiva del ojo. En función de esto hay que tener en cuenta, que las heridas cutáneas hay que mantenerlas limpias y secas, lo mejor es realizar lavados con gasas estériles empapadas en suero fisiológico 2- 3 veces al día realizando una manipulación suave. Si no hay puntos cutáneos se realizarán los lavados con suero aplicándolo en el interior del saco conjuntival.

En ocasiones se realiza una oclusión ocular después de la cirugía, su cirujano le indicará cuando puede retirarse el parche.

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, siempre secando bien la herida a continuación.

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.

MASAJES Y DRENAJES LINFÁTICOS

Después de este procedimiento no se recomienda realizar masajes de la zona intervenida salvo que se lo indique su cirujano.

MEDICACIÓN HABITUAL

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

- Pomadas oftálmicas de antibiótico para aplicar sobre las heridas cutáneas 2 – 3 veces al día hasta la retirada de puntos
- Colirios de antibióticos y antiinflamatorios para aplicar dentro del ojo si la cirugía se ha realizado por vía interna, se suelen aplicar 3 – 4 veces al día
- Colirios de lágrima artificial a demanda para lubricar el ojo durante el proceso postoperatorio



DEBE CONSULTAR CON SU CIRUJANO SI EN EL POSTOPERATORIO PRESENTA:

- Dolor intenso, lagrimeo, fotofobia en el ojo operado
- Dolor intenso y/o supuración en la piel de la zona operada
- Pérdida de visión significativa (es normal que la visión se encuentre algo borrosa los primeros días, especialmente al aplicarse colirios o sobre todo pomadas, pero no se trata de una pérdida visual importante)

En caso de presentar estos, u otros problemas que quiera consultar con su cirujano, se establece que 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 médico