



# **CUIDADOS POST QUIRÚRGICOS**

***-Morder la gasa estéril por 30 minutos, luego de ese lapso de tiempo puede ser reemplazado por otra gasa o dejar sin recubrimiento.***

***-Será NORMAL el sangrado moderado de la herida durante las primeras 24 hs, pudiendo incluso dejar manchas en la comisura labial o la almohada al amanecer.***

***-Para evitar que este SANGRADO NORMAL sea excesivo o se convierta en ANORMAL, durante las primeras 24 hs se debe seguir lo siguientes consejos:***

-EVITAR las comidas y bebidas calientes durante las 24 hs, pues las mismas aumentan el flujo sanguíneo y predisponen al sangrado excesivo.

-EVITAR tomar jugos cítricos, o acciones que impliquen succión.

-NO escupir la saliva/sangre con fuerza, la saliva es espesa y (mate, tereré, pajitas, etc.) viscosa, para diluirla preferentemente enjuagar con agua fría y soltar con cuidado el contenido.

-En las primeras dos noches, EVITAR dormir totalmente acostado, en las que se debe elevar la espalda con almohadas.

-EVITAR actividades físicas o esfuerzos físicos como: caminata, trote, gimnasio, trabajos pesados, zumba, danza, agacharse, exponerse al sol por tiempo prolongado, etc. durante 3 días.

-Masticar al lado contrario de la zona operada.

-Dependiendo de la complejidad del procedimiento quirúrgico, pueden aparecer hematomas o moretones en las zonas periféricas de la piel.

-NO FUMAR, durante 8 días pues la nicotina predispone a infecciones e impide la buena cicatrización de la herida.

# **RECOMENDACIONES ALIMENTARIAS PARA LAS PRIMERAS 48 HS.**

*UNA VEZ PASADO LOS 30 MINUTOS A 1 HORA  
INMEDIATAMENTE A LA CIRUGÍA, SE PUEDE INGERIR:*

-Helado: es la recomendación por excelencia; consumir obligatoriamente sabores que no contengan nueces, maní, chispas de chocolates, o algún agregado, ya que pueden causar molestias y uvas pasas, quedarse esas porciones en la herida.

-Budín, flan o gelatinas.

-Batido de frutas: evita los cítricos o las frutas ácidas.

