

---

*Cuidado después de su blefaroplastia*

---

### **Cuidado después de su cirugía**

Siga estas pautas para cuidar de usted mismo después de su cirugía.

- Use anteojos de sol oscuros durante el viaje a su casa. Es posible que tenga sensibilidad a la luz.
- Es posible que la pomada que se usó durante su cirugía le cause visión borrosa. Esto es temporal y usualmente desaparece dentro de las 24 horas.
- No use lentes de contacto hasta al menos 2 semanas después de su cirugía. Puede usar anteojos.
- Durante los primeros 3 a 4 días después de su cirugía, coma alimentos blandos y en bocados pequeños. Es conveniente que intente comer yogur, quesos blandos, verduras bien cocidas, frutas blandas, pan blando, pasta, carne molida o tierna.
- Es importante que descance tranquilamente y en silencio durante los primeros 3 a 4 días después de su cirugía. Para ello:
  - Evite actividades como levantar objetos pesados y hacer ejercicios.
  - Dígale a su médico si tiene náuseas (sensación de que va a vomitar) o síntomas de resfriado. Es importante que evite estornudar, toser y vomitar, tanto como pueda. Esto puede elevar su presión arterial y provocar sangrado en los sitios quirúrgicos.
  - Evite doblar la cintura o levantar objetos que pesan más de 5 libras (2.3 kilogramos) durante 2 semanas después de su cirugía. Hable con su cirujano antes de volver a sus actividades habituales, como levantar objetos y hacer ejercicios.
- Descanse y duerma con su cabeza elevada, apoyada sobre 2 o 3 almohadas durante 2 semanas, como se lo indique su cirujano. Esto ayudará a prevenir la inflamación en los sitios quirúrgicos.
- Es posible que los ojos se vean hinchados y magullados después de su cirugía. La inflamación del párpado por lo general es peor por la mañana y mejorará durante el día cuando se siente o camine.
- Es posible que tenga hinchezón en sus mejillas y mandíbula. Esto comenzará a mejorar 2 a 3 semanas después de su cirugía.



### **Compresas frías y gotas para los ojos**

Antes de su cirugía, su enfermero le mostrará a usted y su cuidador cómo usar las compresas frías y las gotas para los ojos de salino estéril. Su enfermero también le dará una solución salina estéril (salino normal), gotas para los ojos y gasa estéril.

Siga estos pasos para usar la compresa fría después de su cirugía:

1. Lávese bien las manos antes de usar las compresas frías y gotas para los ojos.
2. Prepare una compresa fría aplicando la solución salina estéril para esterilizar la gasa. Puede conservar la botella de salino normal en el refrigerador, congelador o en hielo.
3. Aplique la compresa fría sobre sus párpados cada 10 a 15 minutos (déjela por 10 a 15 minutos, luego retírela por 10 a 15 minutos) durante las primeras 24 horas después de su cirugía. Intente hacer esto todas las veces que pueda mientras esté despierto. Después de 24 horas, las compresas frías no son tan efectivas.

Use las gotas para ojos de salino estéril si tiene visión borrosa o si su médico le ha recetado una pomada para los ojos. Aplique las gotas para los ojos cada 4 horas en la parte interna del ojo. No tire de las pestañas mientras use las gotas para los ojos.

### **Cómo ducharse y aplicar maquillaje**

Puede ducharse desde el cuello hacia abajo en cualquier momento después de su cirugía. No se duche completamente hasta que su cirujano le diga que es seguro hacerlo. En general, esto sucede 5 días después de la cirugía. Puede lavar suavemente debajo de los ojos con una toallita o un paño suave. Puede usar champú seco para el cabello. Cuando pueda ducharse el cuerpo entero, puede lavar los párpados y lavar con champú el cabello con productos suaves, como champú para bebé.

No aplique cremas o maquillaje (como sombra de ojos, delineador o máscara de pestañas) a sus sitios quirúrgicos durante 2 semanas después de su cirugía. Puede usar cremas y maquillaje en el resto de la cara.

### **Seguimiento**

Le quitarán las suturas (puntos) en 2 citas diferentes entre 2 y 7 días después de su cirugía. Su enfermero programará estas citas por usted.



**Llame al médico si tiene:**

- Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o superior
- Escalofríos y temblor
- Náuseas (una sensación de que va a vomitar)
- Vómito
- Más dolor, inflamación y enrojecimiento en sus sitios quirúrgicos que empeoran
- Drenaje continuo de las líneas de sutura
- Separación de las líneas de sutura
- Dificultad repentina para respirar o problemas para respirar
- Cualquier síntoma inexplicable o inesperado