Memorial Sloan Kettering Cancer Center

EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Cuidado después de su blefaroplastia

Esta información le ayudará a cuidarse a usted mismo en el hogar después de su blefaroplastia (cirugía de párpados).

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.
- No maneje hasta que haya dejado de tomar analgésicos y su visión ya no esté borrosa. Asegúrese de que puede conducir de forma segura y sin problemas. Esto generalmente sucede de 5 a 10 días después de la cirugía.
- Es importante que descanse 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 proveedor de cuidados de la salud si tiene náuseas (sensación de que va a vomitar) o síntomas de resfrío. 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 inclinarse o levantar objetos que pesen más de 5 libras (2.3 kilogramos) durante 4 a 6 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 hinchazón 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 las manos durante al menos 20 segundos antes de usar las compresas frías y las 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 proveedor de cuidados de la salud 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 proveedor de cuidados de la salud si tiene:

- Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o más
- 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

Si tiene preguntas o inquietudes, contáctese con su proveedor de cuidados de la salud. Un integrante de su equipo de atención le responderá de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. Fuera de ese horario, puede dejar un mensaje o hablar con otro proveedor de MSK. Siempre hay un médico o un enfermero de guardia. Si no está seguro de cómo comunicarse con su proveedor de cuidados de la salud, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center