

Tu Herida Operatoria

Guía para una recuperación segura en casa



Higiene: Lávate las manos siempre antes y después de tocar la zona.



Seco y limpio: Mantén la herida limpia y seca. El apósito (parche) debe permanecer seco.



Ducha: Solo puedes ducharte si el parche que cubre tu herida es impermeable.



Precaución: ¡No retires apósitos ni puntos sin indicación médica!

Tu Rutina Diaria



Dieta y agua: Inicia alimentación liviana y aumenta según tolerancia. Mantén una adecuada hidratación.



Descanso activo: Mantén reposo relativo. Camina suavemente varias veces al día.



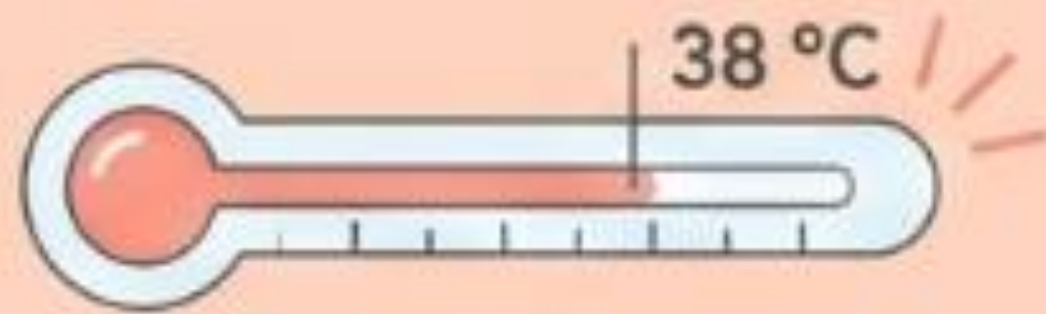
Cero esfuerzo: Evita levantar peso, el esfuerzo abdominal, el ejercicio intenso y las labores domésticas pesadas.



Espera al control: Consulta a tu médico. Se recomienda esperar hasta el control postoperatorio.

Signos de Alarma

Consulte de inmediato si presenta:



Fiebre: Temperatura sobre 38 °C.



En la herida: Enrojecimiento, calor, dolor intenso, aumento de volumen, secreción purulenta (pus), mal olor o sangrado persistente.



Dolor agudo: Dolor que no cede con el tratamiento analgésico recetado.



Malestar general: Náuseas, vómitos persistentes o dificultad respiratoria.