

## RECOMENDACIONES DE CUIDADO EN CASA

# CIRUGÍAS GINECOLÓGICAS

### 01 ACTIVIDAD FÍSICA

- Inicie gradualmente sus actividades diarias (caminar, subir escaleras), evitando realizar movimientos que requieran mucho esfuerzo, hasta recuperar su rutina habitual.

### 02 DIETA

- Inicie con una dieta liviana, sin grasas ni lácteos, baja en sal y azúcar, hasta que el médico le indique. Si padece de diabetes o hipertensión, siga con su dieta habitual.
- Consuma abundante líquido.
- Evite fumar o consumir bebidas alcohólicas hasta ser indicado.
- Para cirugía oncológica: lleve una dieta fraccionada, con porciones pequeñas, 4 veces al día.

### 03 RECOMENDACIONES SOBRE LA HERIDA

- Continúe con su rutina de baño diario con agua y jabón. Si la cinta microporosa se humedece o ensucia, cámbiela por una nueva.
- No aplique nada sobre la herida, esta no requiere curación.
- Mantenga la herida cubierta según indicación de su médico tratante.
- Durante los dos días posteriores a la cirugía, ubique sobre la herida hielo dentro de una bolsa plástica y envuelto en una toalla limpia, para aliviar el dolor y la inflamación.
- Vigile si presenta sangrado constante por la vagina o en la orina.
- Suspnda las relaciones sexuales hasta ser indicado.
- Si le realizaron cesárea: utilice una faja suave o pantalón con presión hasta ser indicado y vigile la lactancia.

## 04 CONSULTE SI PRESENTA:

- Temperatura superior a 38,8 °C o escalofrío.
- Dolor persistente que no disminuye con medicamentos.
- Sangrado abundante y con mal olor, o secreciones con pus (materia).
- Enrojecimiento, endurecimiento o calor excesivo en los senos.
- Dificultad para realizar lactancia (no hay salida de leche).
- Inflamación progresiva o enrojecimiento alrededor de la herida.
- Dificultad para orinar o hacer deposición.
- Abdomen inflamado.
- Salida u obstrucción de la sonda (si tiene).

*\* Es normal sentir dolor en el sitio de la cirugía, presentar náuseas o vómito ocasionalmente (si son persistentes, consulte).*

## 05 SI TIENE SONDA VESICAL

- Realice lavado de manos antes y después de manipular la sonda.
- Fije la bolsa de drenaje al muslo y asegúrese de que no se doble.
- Evacúe la bolsa por tubo o drenaje.
- Cierre la pinza del tubo antes de desechar la orina.
- Verifique que el tubo no quede pinzado después de desechar.
- La sonda será retirada por el médico aproximadamente 10 días después de la cirugía.
- Los puntos serán retirados por el médico a los 15 días.

## 06 MEDICAMENTOS

- Tome sus medicamentos en el horario y la dosis fijada por el médico.
- Informe al personal especializado si toma medicamentos adicionales para tratar alguna enfermedad.

[www.valledellili.org](http://www.valledellili.org)

331 9090 ext. 7344

**CUIDADOS  
POSTOPERATORIOS**



Certificado N° 015