



### **BRAQUIOPLASTIA (Lifting de brazos)**

1. Es importante salir de la cama temprano y a menudo después de su cirugía (con asistencia) para prevenir problemas postoperatorios. Por favor toma de 15 a 20 respiraciones profundas por hora frecuentemente para mantener limpios sus pulmones. Mantenga su cabeza elevada sobre 30 grados (dos almohadas) con sus rodillas ligeramente flexionadas. Haga que alguien se quede con usted por los primeros 2-3 días después de la cirugía, puede necesitar asistencia para entrar y salir de la cama
2. Es importante caminar y solo levantar los brazos menos de 90 grados en el hombro durante los primeros 10-14 días para minimizar la tensión en la línea de sutura. Duerma con los brazos sobre 2-3 almohadas para minimizar la hinchazón. Esto mejorará la calidad de tu cicatriz.
3. NO FUME. Esto es muy importante.
4. Después de la cirugía, comience con una dieta líquida y luego avance a una dieta blanda. Limite los alimentos picantes que causan gases e hinchazón. Aunque es imposible deshacerse por completo del gas, existen estrategias para reducirlo. Come y bebe lentamente. No tragues sin Masticar bien. Reduzca el consumo de bebidas gaseosas. Evite los caramelos sin azúcar que contienen sorbitol o zilitol, ambos edulcorantes están mal digeridos. Si el gas es doloroso y persistente, llame a nuestra oficina. Todas las personas son diferentes, por lo que deberá usar su criterio sobre la elección de alimentos.
5. De ser posible tendrá un pegamento para la piel (Dermabond) en los sitios de incisión durante 7-10 días. Puede ducharse con esto en los sitios de incisión.
6. Si tiene suturas, se retirarán en 7-10 días y usará tiras esterilizadas durante una semana adicional. Posteriormente, aplique crema para cicatrices para maximizar la cicatrización de heridas a partir de la semana. Use la crema durante 6 meses después de la cirugía.
7. Tome sus pastillas para el dolor y relajantes musculares para controlar sus molestias.
8. Mantenga los bulbos de drenaje colapsados y registre el tiempo y las cantidades de drenaje durante un período de 24 horas. Todos los pacientes sanan de manera diferente según muchos factores. El Dr. Luis Coa tomará las decisiones con respecto a la eliminación del drenaje y la necesidad de visitas al consultorio. (En general, los drenajes se eliminarán cuando el drenaje sea de 30 cc o menos en un período de 24 horas, que generalmente ocurre en 5-7 días). Puede bañarse 24 horas después de que se retiren los drenajes.
9. Por favor, use la faja de compresión del brazo continuamente durante 1 mes. Puedes quitarte la faja para ducharte según las instrucciones del Dr. Luis Coa.
10. No conduzca durante 15 días.
11. Puede reanudar la actividad sexual en 3 semanas. (Elevar la presión arterial durante los primeros 10 días después de la cirugía puede causar sangrado).
12. No tome ibuprofeno, aspirina o productos que contengan aspirina durante 3 semanas después de la cirugía.

13. No levante nada que pese más de 3 kilogramos durante 3 semanas. Es bueno caminar durante 15-20 minutos 2-3 veces por día. No corra, levante pesas, juegue tenis o golf durante 3-4 semanas después de la operación.

### **QUÉ ESPERAR DESPUÉS DE LA CIRUGÍA**

- Se espera una inflamación moderada de sus brazos. Es posible que su ropa no le quede tan fácilmente como antes. Se paciente. La hinchazón disminuirá gradualmente y volverá a la normalidad en 3 a 6 meses.
- Debido a la extracción de tejido de los brazos, es de esperar una cierta cantidad de tensión. Esto se relajará lentamente en 6 meses.
- Con poca frecuencia después de la cirugía, es posible que tenga líquido en los brazos después de extraer los drenajes. Si esto sucede, comuníquese con nuestra oficina, ya que el Dr. Luis Coa querrá verlo para eliminar el líquido.
- Si tiene náuseas, vómitos, sarpullido, falta de aliento o diarrea después de tomar sus medicamentos, llame a nuestra oficina.
- Si desarrolla fiebre (temperatura oral superior a 38,5 grados centígrados) y / o tiene enrojecimiento o aumento del dolor en el lugar de las incisiones quirúrgicas, llame al Dr. Luis Coa de inmediato.

### **INSTRUCCIONES PARA EL CUIDADO POSTERIOR**

Es importante que el Dr. Luis Coa lo vea después de sus controles postoperatorios iniciales. Te verá en citas de seguimiento a las 3 semanas, 6 semanas, 6 meses y 1 año después de la operación. Llame para programar sus citas.

### **SI TIENE ALGUNA PREGUNTA, LLAME AL DR. LUIS COA**

Si es paciente, llame entre las 8:30 y las 5:00. Si necesita atención inmediata, llame al Dr. Coa en cualquier momento en su celular. No existe una pregunta menor. Prefiero que me llames que me preguntes y no hagas lo incorrecto, así que llama a mi oficina o envíame un correo electrónico en cualquier momento.

Dr. Luis Coa

Cirujano Plástico

Teléfono: +51944443312

[www.drluiscoa.com](http://www.drluiscoa.com)

correo: [micita@drluiscoa.com](mailto:micita@drluiscoa.com)

[informacion@drluiscoa.com](mailto:informacion@drluiscoa.com)

Dirección: Avenida Arenales 1813, piso 2, Lince - Lima -Perú