

## RECOMENDACIONES POST-OPERATORIAS

La cirugía es ambulatoria, por lo que el paciente recibe el alta el mismo día del procedimiento. Es una intervención generalmente bien tolerada, con dolor posquirúrgico mínimo o nulo.

### Reposo y actividad

Durante los primeros 7 a 10 días se recomienda reposo domiciliario. Luego, podrá retomar actividades laborales o de estudio, siempre que no impliquen esfuerzo físico. La actividad física intensa debe evitarse por aproximadamente 40 días y se aconseja no viajar en avión durante los primeros 15 días, salvo indicación médica.

### Inflamación y cuidados locales

Es normal presentar edema (inflamación) y sensibilidad nasal en las primeras semanas. La inflamación disminuye de manera gradual y progresiva. No debe manipularse la nariz ni retirarse férulas, cintas o apósitos sin indicación del cirujano. Dormir con la cabeza levemente elevada ayuda a reducir la inflamación.

### Higiene y medicación

Cumpla estrictamente con la medicación indicada, respetando dosis y horarios. La higiene nasal se realizará únicamente de la forma indicada en consulta. No utilice sprays, gotas o medicamentos no prescritos.

### Alimentación y hábitos

Se recomienda una alimentación liviana durante los primeros días. Es fundamental evitar el consumo de alcohol, tabaco y cualquier tipo de droga, ya que interfieren con el proceso de cicatrización y pueden afectar el resultado final.

### Controles médicos

El seguimiento posoperatorio es parte fundamental del tratamiento. Es importante mantener una comunicación fluida con el Dr. Guillermo Flores y asistir a todos los controles programados, donde se evaluará la evolución y se indicará cuándo retomar progresivamente la actividad física.

### Paciencia y evolución

La nariz atraviesa un proceso de recuperación progresivo. Aunque los cambios se notan desde las primeras semanas, el resultado definitivo se observa con el paso de los meses. La paciencia y el cumplimiento de las indicaciones son claves para un resultado natural, armónico y funcional.