



Rafael Ramos Vecchio, MD
Plastic & Reconstructive Surgeon

220 Alhambra Circle, First Floor, Coral Gables, FL 33134

☎ (305) 960-7511 ✉ rramos@careagaplasticsurgery.com 📷 Instagram: drrafaramos

Rinoplastia – Instrucciones Postoperatorias

Gracias por confiar en Careaga Plastic Surgery para su procedimiento de rinoplastia. Estas indicaciones le ayudarán a recuperarse de forma segura y obtener los mejores resultados posibles. Por favor, léalas atentamente y comuníquese con nuestra oficina si tiene preguntas o inquietudes.

Medicamentos que debe tomar

- Antibiótico – Cefalexina (o Clindamicina si es alérgico a la penicilina): comience la primera dosis la noche de su cirugía. Tómelo según lo indicado para prevenir infecciones.
- Esteroide (Medrol Dose Pack – metilprednisolona): inicie la mañana siguiente a la cirugía. Siga las instrucciones del empaque. Ayuda a reducir la hinchazón e inflamación.
- Medicamentos que puede tomar si es necesario
- Acetaminofén (Tylenol) – para dolor leve o moderado.
- Hidrocodona o Tylenol #3 – para dolor más fuerte, cada 6 horas según necesidad. Tómelo con un ablandador de heces para evitar estreñimiento. Si el dolor está controlado, prefiera solo Tylenol. Si está tomando Tylenol #3, puede usar hasta 500 mg de acetaminofén cada 6 horas.
- Ondansetrón (Zofran) – para náuseas, cada 6 horas según necesidad.
- Ablandador de heces – úselo diariamente mientras tome analgésicos con receta.
- Mupirocina ungüento – consulte las instrucciones de limpieza para su aplicación.

La noche de su cirugía

- Duerma con la cabeza elevada a 30–45°, usando dos almohadas o un sillón reclinable.
- Mantenga la férula nasal y los vendajes secos e intactos.
- Cambie la gasa de goteo según necesidad; un leve sangrado es normal durante las primeras 24–48 horas.
- Coma alimentos blandos, como batidos, sopas y comidas bajas en sodio.
- Tome su primera dosis de antibiótico esa noche después de comer.
- No aplique hielo directamente sobre la nariz o el rostro.

La mañana siguiente y la primera semana



Rafael Ramos Vecchio, MD

Plastic & Reconstructive Surgeon

220 Alhambra Circle, First Floor, Coral Gables, FL 33134

☎ (305) 960-7511 ✉ rramos@careagaplasticsurgery.com 📷 Instagram: drrafaramos

- Continúe durmiendo con la cabeza elevada por 2–3 días (idealmente hasta 2 semanas).
- Comience el tratamiento con Medrol Dose Pack en la mañana.
- Puede ducharse del cuello hacia abajo al día siguiente; lave suavemente su rostro después de 48 horas.
- Mantenga seca la férula y las cintas adhesivas.
- Es normal tener hinchazón, congestión y moretones alrededor de los ojos; esto mejorará gradualmente.
- Evite inclinarse hacia adelante, levantar objetos pesados o sonarse la nariz.
- Comience con spray nasal salino 8–10 veces al día para mantener las fosas nasales húmedas.

Instrucciones de limpieza (comenzar al día siguiente)

- Limpieza con peróxido de hidrógeno: use un hisopo de algodón (Q-tip) humedecido en peróxido de hidrógeno para limpiar suavemente el borde interno de las fosas nasales y cualquier sutura visible. No introduzca el hisopo más allá de la punta. Limpie 3 veces al día para eliminar costras o restos de sangre.
- Pomada de mupirocina: aplique una capa delgada dentro de cada fosa nasal y sobre la incisión columelar después de cada limpieza. Mantenga las incisiones siempre húmedas. Continúe esta rutina hasta que se retire la férula (aprox. 1 semana después de la cirugía).

Después de retirar las férulas (1 semana y más)

- Continúe la limpieza suave y la aplicación de mupirocina durante otras 2–3 semanas.
- No se suene la nariz durante 6 semanas.
- Si tiene alergias, use Flonase o Nasacort (2 aplicaciones por fosa nasal, mañana y noche) durante 6–8 semanas.
- Reaplique las cintas nasales según las indicaciones durante 3–6 semanas después de retirar la férula. Cambie las cintas cada 5–7 días. Está bien si se mojan al ducharse.

Actividad física

- Evite actividades extenuantes, inclinarse hacia adelante o levantar más de 10 lb (4.5 kg) durante 3 semanas.



Rafael Ramos Vecchio, MD

Plastic & Reconstructive Surgeon

220 Alhambra Circle, First Floor, Coral Gables, FL 33134

☎ (305) 960-7511 ✉ rramos@careagaplasticsurgery.com 📷 Instagram: drrafaramos

- No use gafas ni lentes de sol apoyados sobre la nariz durante 6 semanas (puede usar soporte sobre las mejillas si es necesario).
- Evite fumar o vapear, ya que retrasa la cicatrización.
- Puede caminar suavemente después de 1 semana y hacer ejercicio ligero después de 3–4 semanas, con autorización médica.
- Evite saunas, jacuzzis o nadar durante 6 semanas.
- Evite la exposición directa al sol sobre la nariz durante 3 meses; use protector solar SPF 50 al salir.

Visitas de control

- 1–2 días después de la cirugía: revisión de vendaje y gasa nasal.
- 1 semana después: retiro de férula y suturas.
- Visitas adicionales: a las 3 semanas, 6 semanas, 3 meses, 6 meses y 1 año.

Cuándo llamar a la oficina

- Aumento repentino del dolor, hinchazón o dificultad para respirar por la nariz.
- Sangrado persistente o drenaje con mal olor.
- Fiebre mayor de 101 °F (38.3 °C).
- Cambio de color o aparición de ampollas en la piel alrededor de la nariz.
- Dificultad para respirar o dolor en el pecho.

Si presenta síntomas urgentes fuera del horario, acuda a la sala de emergencias más cercana.