



Check-list para una cirugía plástica segura:

- Cirujano plástico certificado por la Sociedad de Cirugía Plástica. **Exigir** esto y **corroborarlo** en la web www.cirugiaplastica.org.py.
 - Anestesiólogo certificado por la Sociedad de Anestesiología.
 - Sanatorios certificados y habilitados por el Ministerio de Salud, apto para el tipo de cirugía que será practicada. Comprobar si posee generador propio y de ser posible, agendar una visita previa de reconocimiento de las instalaciones. Ojo: **Nunca**, pero nunca operarse en “Clínicas particulares” sin habilitación.
 - Suspender** idealmente por lo menos 2-3 semanas antes todo medicamento con hormonas, para adelgazar, anticonceptivos, aspirina, antiinflamatorios, para el acné, ginkgo biloba, omega 3, vitamina E, etc.
 - Evitar** fumar por lo menos 20-30 días antes y después de la cirugía.
 - Hacerse todos los exámenes pre quirúrgicos + evaluación clínica pre quirúrgica y llevar todo el día de la cirugía.
 - Evitar** hacer coincidir la cirugía con el período de la menstruación.
 - Evitar** hacer la cirugía en el período post-parto (esperar 3-6 meses).
 - Evitar** hacer la cirugía inmediatamente posterior a un vuelo, especialmente en los de 6-8 hs o más, esperar por lo menos 2-3 días.
 - Evitar** depilarse o rasurarse en días previos a la cirugía. Avisar sobre el uso de drogas ilícitas.
 - Hidratarse** bien el día previo a la cirugía. (De ser posible por lo menos **3 Lts**)
 - Ayuno** previo de por lo menos **8 hs.** (Ni agua).
 - Avisar** sobre **alergias y/o reacciones** anteriores a la anestesia- medicamentos.
 - Llegar **puntualmente** el día de la cirugía con documentos personales, fajas, medicamentos post-quirúrgicos, ropa suelta y fácil de vestir.
 - Sin uñas pintadas, aros, piercings, pasarse cremas o aceites en el cuerpo.
 - Baño con clorhexidina en el sanatorio.
 - Confirmar** y aclarar todos los detalles de la cirugía con el cirujano.
 - Evitar** hacer cirugías combinadas si van a tener una duración de **6 hs** o más. No es bueno que el organismo sufra tanto estrés-injuria-anestesia, etc de una sola vez, además el cansancio del cirujano también es un factor contra el resultado óptimo de una cirugía.
 - Evitar** injertos de grasa intramuscular en los glúteos, sobre todo de grandes volúmenes. Es siempre mejor “modelar y definir” los glúteos retirando y modelando la grasa de alrededor del mismo que “cargar”.
 - En la lipoaspiración se debe respetar el límite de seguridad de retirar como máximo el **5-7%** del peso corporal del paciente.
 - Aclarar** siempre la marca, tipo y origen de la prótesis. Exigir certificado de garantía de las mismas en caso que sean implantadas.
 - Pedir / discutir** con el cirujano para usar aparato de compresión neumática intermitente en miembros inferiores como profilaxis - prevención de la complicación más común en cualquier cirugía que es la formación de coágulos o trombosis, sobre todo para cirugías grandes y largas.
 - Alta cuando se sienta en buenas condiciones y **cumplir** a rajatabla indicaciones post - quirúrgicas, pues de esto también dependerá el resultado de la cirugía.
-