

## GUÍA DE RECOMENDACIONES POSTOPERATORIAS PARA CIRUGÍA ORTOGNÁTICA

Esta es una guía de recomendaciones para los días posteriores a la intervención para aquellos pacientes que van a ser sometidos a cirugía ortognática.

1. Durante el postoperatorio inmediato, es normal presentar **inflamación** facial y labial que será variable según cada paciente. Para ayudar a disminuir la inflamación es importante aplicar frío local externo (bolsas de frío) y mantener la ligemente elevada al tumbarse (colocar dos almohadas bajo la cabeza).
2. Inicialmente es habitual notar un adormecimiento de los **labios** que irá mejorando progresivamente. Es importante mantener bien hidratados los labios con vaselina neutra en pomada para facilitar su recuperación y evitar que aparezcan heridas.
3. Los 2-3 primeros días utilizaremos una **dieta líquida** con batidos nutricionales para limitar la cantidad de restos alimentarios y facilitar la higiene inicial. Posteriormente pasaremos a una dieta triturada (papillas, pures...) que mantendremos aproximadamente durante 5 semanas para evitar fuerzas que puedan alterar la estabilidad de la cirugía
4. La **higiene oral** es fundamental para asegurarnos una correcta cicatrización.
  - Los primeros días costará un poco abrir la boca completamente por lo que es recomendable un cepillo dental suave y de cabeza pequeña (lo ideal es un cepillo infantil) que nos permita acceder a todas las piezas.
  - En algunos casos colocamos una férula apoyada en el paladar que se mantendrá durante las primeras semanas después de la cirugía. Pueden quedar restos de comida alojados entre el paladar y la férula. Para facilitar la higiene en estos casos, se recomienda utilizar un irrigador oral para la limpieza del paladar.

- Después del cepillado y del irrigador es conveniente enjuagarse con un colutorio de clorhexidina al 0,12% durante los primeros 10 días para completar la higiene oral.
5. Es normal presentar congestión y secreciones nasales los primeros días. Para facilitar la recuperación realizaremos **lavados nasales con spray de agua de mar** y aplicar el mismo descongestionante nasal que utilizamos en el preoperatorio dos veces al día durante 10 días después de la intervención.
  6. Al terminar la cirugía colocaremos unas **gomas elásticas** que permitirán abrir la boca pero ayudaran a guiar la mandíbula a su posición. Nuestros cirujanos le cambiarán las gomas en las revisiones y le instruirán como poder quitarlas y volver a colocar en casa.
  7. Aunque los primeros días es normal encontrarse un poco cansado por la recuperación de la cirugía, es recomendable iniciar poco a poco una actividad normal con paseos lo que permitirá activar el sistema circulatorio y mejorar la recuperación.
  8. Es recomendable igualmente iniciar un tratamiento fisioterapéutico pasados 3-5 días de la cirugía. Trabajamos con un equipo de fisioterapeutas especializados que nos ayudaran con tratamientos de drenaje linfático, masajes y ejercicios de movilización a tener una recuperación más rápida y cómoda.