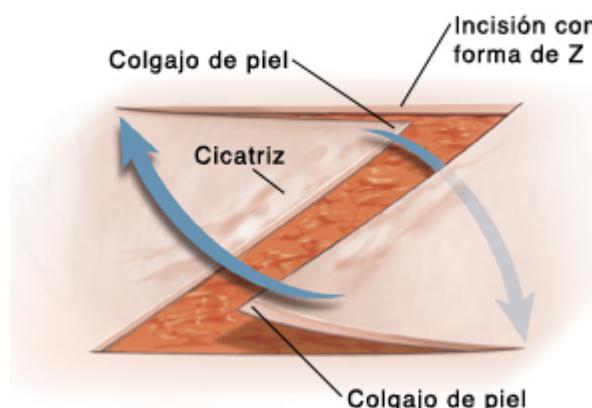


Revisión de cicatrices: Plastia en Z

Una cicatriz es una marca que queda después de que una herida se ha cerrado. En algunos casos, la cirugía de corrección de cicatrices ayuda a mejorar el aspecto de una cicatriz o a hacerla menos visible. Si el tejido cicatricial está tenso y limita el movimiento de la piel, la cirugía de corrección puede ser útil. La plastia en Z es un método de corrección de cicatrices. Si bien este procedimiento es un método de cirugía plástica de uso común, puede no ser una buena opción para personas con ciertas afecciones médicas o comportamientos que afectan el flujo de sangre a la piel. Estos incluyen diabetes mal controlada, irradiación cutánea previa, enfermedad vascular periférica y tabaquismo. Su proveedor de atención médica conversará sobre los factores de riesgo con usted antes de tomar una decisión sobre la cirugía.



Preparativos para la cirugía

Prepárese para la cirugía tal como se lo hayan indicado. Además:

- Informe al proveedor de atención médica sobre todos los medicamentos con receta o de venta libre que use. Esto incluye los medicamentos a base de hierbas y otros suplementos. Además, cualquier anticoagulante como warfarina, clopidogrel o

aspirina diaria. Quizás tenga que dejar de usar algunos de estos medicamentos (o todos) antes de la cirugía.

- Si fuma o usa cigarrillos electrónicos, deje de hacerlo antes de la cirugía. El tabaco y la nicotina retrasan la cicatrización de las heridas. No fume ni use cigarrillos electrónicos después de la cirugía. Pídale ayuda al proveedor de atención médica para dejar de fumar.
- Siga las instrucciones que le den con respecto a no ingerir alimentos ni bebidas antes de la cirugía. Si le han indicado que tome medicamentos, tráguelos con un pequeño sorbo de agua.

El día de la cirugía

Antes del procedimiento, le pedirán que firme un formulario de consentimiento informado tanto para la cirugía como para la anestesia. Este formulario contiene información sobre el procedimiento. También menciona los riesgos y beneficios, así como las alternativas al procedimiento. Podrá plantear las preguntas que tenga antes de firmarlo. Asegúrese de evacuar todas sus dudas.

Esta operación dura de 1 a 3 horas. Quizás pueda regresar a casa el mismo día. O tal vez deba pasar 1 o más noches en el hospital.

Antes de que comience la cirugía

- Le pondrán una sonda intravenosa en una vena del brazo o de la mano. Por aquí le administrarán líquidos y medicamentos.
- Le administrarán un medicamento (anestesia) para que no sienta ningún dolor durante la cirugía. Quizás le administren un sedante. Este medicamento lo relajará y le dará sueño. Le inyectarán anestesia local para insensibilizar las partes del cuerpo que se van a operar. En algunos casos, se administra anestesia general. En este caso, estará profundamente dormido durante todo el procedimiento. Si le administran anestesia general, podrían insertarle un tubo en la garganta para ayudarlo a respirar. El anestesista conversará sus opciones con usted.

Durante la cirugía

- Se practica una incisión (corte) con forma de Z a través del tejido cicatricial y una parte de piel sana. Si la cicatriz es muy grande, podría practicarse más de una incisión con forma de Z.
- La forma de Z crea colgajos puntiagudos de piel. Estos se disponen de un modo que divide la cicatriz y aminora la tensión de la piel. Una vez que los colgajos están en su sitio, las incisiones se cierran con puntos. Es posible que algunos puntos se coloquen debajo de la piel. El cuerpo luego los absorbe.
- El sitio quirúrgico se cubre con un apósito.

Después de la cirugía

Lo llevarán a la unidad de cuidados posanestésicos (PACU) para que la observen mientras se despierta de la anestesia. Quizás sienta sueño o náuseas. Si le pusieron un tubo de respiración, es posible que tenga dolor de garganta al principio. Le darán medicamentos para aliviar el dolor o las náuseas. Si la corrección se realizó en una zona grande, quizás

tenga que permanecer en el hospital 1 o varias noches. Cuando pueda irse, le darán el alta bajo la tutela de un familiar o amigo adulto que le llevará a casa.

Recuperación en el hogar

Una vez que esté en su casa, siga las instrucciones que le hayan dado. El proveedor de atención médica le dirá cuándo puede retomar sus actividades normales. Durante su recuperación:

- Tome los medicamentos con receta exactamente como se lo indicaron.
- Si su médico se lo recomienda, aplíquese una bolsa de hielo envuelta en una toalla delgada para aliviar las molestias y controlar la hinchazón. Es importante que no se deje puesta la compresa fría por demasiado tiempo ni use una compresa de hielo sin envolver, ya que podría lastimarse la piel. Póngase la compresa sobre los vendajes durante **un máximo de** 10 minutos a la vez. Luego, quitésela durante **al menos** 20 minutos. Repita este procedimiento con la frecuencia necesaria durante las horas que pase despierta hasta que la hinchazón comience a disminuir.
- Siga todas las instrucciones que le haya dado su proveedor de atención médica sobre el cuidado de la incisión. Déjese puesto el apósito hasta que le digan que puede quitárselo o cambiarlo. Una vez que pueda cambiarse el apósito, hágalo cada 24 horas o con la frecuencia indicada. Además, reemplácelo también si se moja o se ensucia. Lávese las manos antes y después de cambiar el vendaje.
- Siga las recomendaciones del proveedor de atención médica para ducharse. Evite nadar, bañarse en tina, sumergirse en un jacuzzi y hacer cualquier otra actividad que cubra sus incisiones con agua hasta que su proveedor de atención médica le dé permiso para hacerlas. No aplique lociones, cremas ni pomadas en la zona hasta que se haya cicatrizado por completo.
- No permita que entre suciedad ni sudor en las incisiones. Si los puntos se mojan, séquelos dando palmaditas suaves con una toalla. Cámbiese el apósito si se moja o ensucia.
- Mantenga la piel hidratada y lubricada después de que se cicatrice. Aplíquese diariamente aceite mineral o una loción durante 3 a 4 meses, o según las recomendaciones de su médico.
- No quite las costras de la incisión. Estas ayudan a proteger la herida.
- Evite exponer la herida al sol. Cúbrasela cuando salga al aire libre. Cuando el proveedor de atención médica le diga que puede hacerlo, póngase protector solar con un nivel alto de protección en la zona. Las quemaduras solares o la exposición al sol pueden aumentar la formación de tejido cicatricial.
- No haga ningún ejercicio o movimiento que estire la piel reparada hasta que su proveedor de atención médica se lo permita. Consulte con su proveedor de atención médica qué tipo de movimientos puede hacer sin peligro y cuáles debe evitar durante su recuperación.

Cuándo llamar al proveedor de atención médica

Llame de inmediato al proveedor de atención médica si se presenta alguna de las siguientes situaciones:

- Fiebre de 100.4 ° F (38 °C) o superior, o según las indicaciones del proveedor de atención médica
- Mayor malestar, dolor o sensibilidad al tacto al cabo de 24 horas
- Aparición de una raya roja, mayor enrojecimiento o hinchazón de la zona quirúrgica
- Secreción blancuzca, amarillenta o maloliente procedente de una incisión
- Sangrado que no se detiene incluso al aplicar presión durante unos minutos
- Separación de los bordes de una incisión

Atención de seguimiento

Tendrá citas de seguimiento con el proveedor de atención médica para que observe cómo está cicatrizando. Si usted tiene puntos que hay que retirar, se los quitarán durante una de estas visitas. Además, su médico evaluará los resultados de su cirugía. Consulte a su proveedor de atención médica si tiene alguna pregunta o inquietud.

Riesgos y posibles complicaciones

Algunos de los riesgos y posibles complicaciones son los siguientes:

- Infección
- Sangrado
- Hinchazón
- Insatisfacción con el aspecto de la nueva cicatriz
- Daños a los nervios y los vasos sanguíneos
- Riesgos relacionados con la anestesia