CIRUGÍA CORPORAL · POSTOPERATORIO

Umbilicoplastia

Cuidados tras la cirugía del ombligo

La umbilicoplastia corrige la forma, el tamaño o la posición del ombligo, bien de forma aislada (ombligo saliente tras embarazos o hernia, ombligo ancho o deformado) o como parte de una abdominoplastia. Se realiza habitualmente con anestesia local o sedación y las cicatrices quedan en el interior o en el borde del ombligo. El resultado definitivo se aprecia a los 3-6 meses, cuando la inflamación desaparece y la cicatriz madura.

01 QUÉ PUEDE SER NORMAL

- Inflamación y enrojecimiento alrededor del ombligo durante 2-3 semanas; el ombligo parece más pequeño o más cerrado de lo que será.
- Pequeño manchado o costras en las primeras 48-72 horas y algo de secreción clara los primeros días.
- Molestia o tirantez al incorporarse, toser o estirarse.
- Adormecimiento de la piel alrededor del ombligo durante semanas o meses, que se recupera de forma progresiva.

02 PRIMERAS 48-72 HORAS Y CUIDADOS

- Mantenga el apósito limpio y seco hasta la primera revisión. Después, lave el ombligo una vez al día con suero o agua y jabón suave, séquelo con toques y con un bastoncillo, y déjelo al aire o con una gasa fina.
- Si se ha indicado, aplique la pomada pautada en capa fina y coloque la gasa en forma de bolita dentro del ombligo para mantener su forma mientras cicatriza.
- Faja abdominal o pantalón de compresión si se ha prescrito, habitualmente 2-4 semanas, sin que apriete directamente sobre el ombligo.
- Ducha a partir de las 48 horas si se ha autorizado, sin dirigir el chorro al ombligo. Nada de baños de inmersión.
- Camine y haga vida tranquila desde el primer día. Tome la medicación según la pauta.

03 QUÉ DEBE EVITAR

- Introducir productos, cremas o aceites no indicados en el ombligo, y manipular costras o puntos.
- Ropa que roce o comprima la zona (cinturones, pantalones de tiro bajo con botón sobre el ombligo) durante 3-4 semanas.
- Abdominales, levantar peso y ejercicio intenso durante 3-4 semanas.
- Piscina, mar, sauna y baños de inmersión hasta que la herida esté completamente cerrada.
- Piercing en el ombligo durante al menos 6 meses, y siempre tras consultarlo.
- Sol directo sobre la cicatriz durante 12 meses; después, protección solar alta.

CONTACTE DE FORMA URGENTE

- Enrojecimiento que se extiende, calor, dolor creciente, pus o mal olor.
- Fiebre de 38 °C o más.
- Apertura de la herida o piel del ombligo que se vuelve oscura o morada.
- Sangrado que no cede con compresión suave.

04 EVOLUCIÓN ESPERABLE

- Los puntos se retiran o se caen solos entre los 7 y los 14 días. La herida suele estar cerrada a las 2-3 semanas.
- La forma definitiva del ombligo se aprecia a los 3-6 meses. La cicatriz puede estar rosada o algo endurecida durante varios meses antes de aclararse.
- Cuando la piel esté cerrada, puede empezar el cuidado de la cicatriz según la hoja específica (gel de silicona y protección solar).

IMPORTANTE

Mantenga el ombligo limpio y seco, no introduzca nada que no se le haya indicado y proteja la cicatriz del sol.