



DESMONTANDO LOS

5 *miedos* más comunes antes de una **RINOPLASTIA**

Doctor Alejandro Flores Valenzuela



¿Por qué esta guía?

Después de tener en consulta a cientos de personas con interés en realizarse una Rinoplastia, **he sido capaz de sintetizar en 5 los principales miedos que me han transmitido.**

Como profesional de la salud, **cuando realizo una cirugía no solo me importa la salud física del paciente; también me preocupa mucho la salud emocional.** Es por eso, que me decidí a realizar esta guía y así ayudar a aquellas personas que llevan tiempo pensando en realizarse una rinoplastia pero que sus miedos no le han permitido tomar todavía la decisión.

Deseo que después de leer esta guía sientas que ya tienes los conocimientos necesarios para tomar tu decisión y comenzar tu gran cambio.

Gracias por tu tiempo.

@dralejandroflores

www.doctoralejandroflores.es





¿QUIÉN SOY?

Soy Medico Cirujano Otorrino con dedicación exclusiva en cirugía nasal. Mi especialidad es la Rinoplastia Ultrasónica. Actualmente, opero en Málaga. Me encanta mi trabajo, y por ello, estoy en constante formación. Poder ofrecer a mis pacientes las mejores técnicas y procedimientos en rinoplastia, es mi objetivo. Que cada paciente tenga la importancia que se merece, es mi pasión. No perder nunca la cercanía, la transparencia y estar en formación constante hace que un médico se convierta en un profesional excepcional.

MIS VALORES

- > Transparencia
- > Honestidad
- > Formación especializada
- > Trabajo en equipo

SI ALGO TE IMPIDE AVANZAR
cámbialo



DESMONTANDO LOS **5** *miedos*
más comunes
antes de una **RINOPLASTIA**



miedo #01

La ANESTESIA

Este es el miedo 01 por excelencia. De hecho, es raro que a una paciente no le de miedo la anestesia. Y lo comprendo, porque existe una gran desinformación sobre este tema.

Una rinoplastia puede realizarse tanto con anestesia local como con anestesia general; pero al ser una operación donde se necesita una gran precisión y por lo tanto, que la paciente esté completamente inmóvil, mi recomendación es realizarla con anestesia general.

Antes de la operación, tu cirujano te enviará a realizarte los exámenes preoperatorios, que consisten en una pequeña consulta con el/la anestesista y una analítica especial para tu cirugía (normalmente no se requieren más pruebas para una rinoplastia). **Con esta información, el cirujano y el anestesista podrán evaluar si existe realmente un riesgo para ti.** Las personas que tienen más riesgo son aquellas que tienen un sistema inmune muy debilitado o algún tipo de malnutrición, y eso actualmente en España, es muy poco común.

Los efectos secundarios más comunes tras una anestesia (es decir, estos sí te podrían suceder) son náuseas, vómitos y dolor de cabeza.

¿En todas las cirugías de rinoplastia hay un/a anestesista? Sí, en todas. Siempre se encuentra en quirófano junto al cirujano especialista cuidando de tu salud.

¿CÓMO SE DESMONTA ESTE MIEDO?

Sobre los cuatro millones de intervenciones quirúrgicas que se realizan anualmente en España, únicamente hay entre 20-26 pacientes al año que mueren por causa directa anestésica.

Dato aportado por Javier García Fernández, presidente de la Sociedad Española de Anestesiología, Reanimación y Unidades de Dolor (Sedar).



miedo #02

el **DOLOR** tras la operación

El dolor es evidentemente un miedo muy común en cualquier persona que quiera realizarse una rinoplastia. La realidad es que, **gracias a las nuevas técnicas quirúrgicas como la Rinoplastia Ultrasónica (con la que yo trabajo), el post operatorio es mucho más llevadero para la paciente.** Al ser una técnica mucho menos invasiva, los morados e inflamación se ven reducidas notablemente.

No es habitual el dolor después de la rinoplastia. No tengas miedo al dolor tras esta cirugía.

Lo que Sí puede ser habitual tras la operación es:

-Sensibilidad: Hipersensibilidad, hiposesibilidad o sensación de acorchamiento. Puede ser normal durante meses sobre todo a nivel de la punta nasal, la encía superior o los incisivos o alrededor de las zonas mencionadas.

-Obstrucción Nasal: Lo normal es estar acatarrada, congestionada y con costras coágulos y mucosidad las primeras tres semanas (Si durante la recuperación se presenta un catarro, este proceso de recuperación se puede alargar un mes o dos).

Estas 2 molestias, que son las más comunes, se solucionan manteniendo comunicación con tu cirujano y éste prescribiéndote las medicinas o procedimientos que vea recomendables para ayudarte a estar mejor.

¿CÓMO SE DESMONTA ESTE MIEDO?

Gracias a los nuevos métodos menos invasivos como la rinoplastia ultrasónica el dolor no es común tras una rinoplastia. Busca un profesional que sea cercano y esté disponible para ti en el postoperatorio y te ayude a aliviar las molestias normales tras la operación.



miedo #03

me voy a **ARREPENTIR**

Cuando en consulta mi paciente me exterioriza este tipo de pensamiento, siempre aconsejo que medite un poco más su decisión. La realidad es que **aquellas personas que tienen un complejo estético importante y sobre todo, algún problema respiratorio, es muy raro que se arrepientan** tras una operación.

Ahora bien: También quiero contarte que **normalmente después de la operación, el/la paciente suele sentir una especie de remordimiento, que se acentúa con el dolor y la hinchazón** (sentimiento de "esto no era necesario").

Como ya sabes, una rinoplastia puede realizarse por una motivación funcional (no respirar bien), una motivación solo estética (respirar bien pero no estar conforme con la forma de la nariz) o por los 2 motivos a la vez. **Este tipo de miedo es mucho más común en aquellas personas que solo se quieren operar por estética** (sucede en todas las cirugías de este tipo, no solo en rinoplastias) al ser procedimientos quirúrgicos que realmente no son necesarios a nivel vital.

Entonces, **¿si solo me opero por estética me voy a arrepentir?**

La respuesta es **DEPENDE. Y depende principalmente de dos factores:**

- El tiempo** que lleves inconforme con tu nariz
- Las expectativas** que te hayas generado antes de la operación

¿CÓMO SE DESMONTA ESTE MIEDO?

Si tu problema es funcional, tranquila: no te vas a arrepentir. En caso de que tu problema sea solo estético, habla sin tapujos con tu cirujano para que pueda evaluar tu bienestar emocional y tus expectativas sobre la operación.



miedo #04

tener un cambio **DRÁSTICO**

El miedo a que el cirujano comprenda el punto o “grado” del cambio, sí que suele ser una preocupación común. Frases como “no quiero tener una nariz de cerdito” “que se note el cambio sutilmente” o “no quiero cicatrices”, son de las más comunes que me dicen mis pacientes.

En este caso, **mis recomendaciones son principalmente 4:**

1. Tienes que tener expectativas reales sobre tu cambio: Esto es muy importante. Cada nariz es diferente, y en ocasiones las pacientes vienen con una imagen en la cabeza que realmente no es realizable. Déjate aconsejar por tu cirujano y escucha el por qué de su recomendación.

2. Encuentra un profesional con el que te sientas escuchada y comprendida: Tu tranquilidad durante el proceso siempre debe ser lo primero. Por lo tanto, si sientes que el cirujano no te ha entendido del todo, refuézale tus expectativas o deseo de cambio. Confirma cuál es el resultado que quieres.

3. Pide simulaciones: Si bien siempre recalco que las simulaciones NO representan el resultado definitivo, sí que sirven como orientación, tanto para ti como para el cirujano; Para ti porque podrás ver si realmente se han entendido tus expectativas y para el cirujano para enseñarte cuál cree que es el resultado final más armónico para ti.

4. Si no quieres cicatrices que la rinoplastia sea ultrasónica y cerrada: La intervención se realiza utilizando un aparato de ultrasonidos que permite limar y movilizar los huesos nasales sin sangrado. Se realiza a través de incisiones en el interior de los orificios nasales, de tal forma que no queda visible ninguna cicatriz externa.

¿CÓMO SE DESMONTA ESTE MIEDO?

Si te sientes escuchada, tus expectativas son reales y están alineadas con las de tu cirujano, este miedo debería ser cosa del pasado para ti.



miedo #05

la temida **RECUPERACIÓN**

¿Cuánto tiempo necesito para mi recuperación? ¿Cuándo tendré la cara sin signos de la operación?

Estas dos preguntas o miedos son muy recurrentes, y la realidad es que no hay respuesta exacta para ninguna de las 2.

La recuperación tras una rinoplastia depende mucho de cada paciente, de su capacidad para sanar, su tipo de piel, su predisposición a los morados, etc. Pero, **en términos generales (y recalco lo de "generales") el tiempo de recuperación de una rinoplastia es aproximadamente 1 mes.** En esas semanas la nariz se habrá curado y ya podrán verse los primeros resultados de la rinoplastia. Un mes después de la rinoplastia, los hematomas ya habrán desaparecido prácticamente, además de la hinchazón. La paciente ya respirará mejor y podrá realizar vida normal. De hecho, la vuelta al deporte (que es otra de las grandes preguntas) podrá ser pasadas las dos primeras semanas.

En mi caso, tras la cirugía hay 2 citas que siempre respeto a todas mis pacientes:

- Cita 7 días post operación (aproximadamente): En esta cita retiro la férula y compruebo el estado de la nariz. Resuelvo todas las dudas de mi paciente y, en caso de ser necesario, receto lo indispensable para que su recuperación suceda de la forma más armónica posible
- Cita 1 mes post operación: Esta es la cita en la que ya, tanto paciente como cirujano, podemos vislumbrar cuál será el resultado final de la operación (si bien la nariz estará todavía algo inflamada y todavía queda recuperación por delante).

Por último, si que me gustaría destacar que es importante que tengas comunicación directa con el cirujano con el que decidas operarte. La tranquilidad que te da el poder hablar con tu médico te ayudará a tu tranquilidad emocional tras la operación.

¿CÓMO SE DESMONTA ESTE MIEDO?

Hay que eliminar la incertidumbre del proceso de recuperación. Pide información para comprender cuál es el proceso a seguir tras la operación.



| ¿Y AHORA QUÉ?

Gracias por tu tiempo. Espero sinceramente que esta pequeña Guía haya aportado algo de claridad a tu decisión. Cada paciente tiene su proceso, sus tiempos, sus miedos. **Respeta tus sentimientos y vive el proceso con tranquilidad y sobre todo, con la felicidad que se merece tu cambio.**

Si necesitas más información, mi equipo y yo estaremos encantados de atenderte.

CONTACTO

> atencionalpaciente@doctoralejandroflores.es

> 640 93 17 26

> <https://doctoralejandroflores.es/>

SI ALGO TE IMPIDE AVANZAR
cámbialo



