

## Indicaciones postoperatorio de lipotransferencia glútea

- Acompañamiento durante las primeras 72 horas después de la cirugía
- Camine cada hora por intervalos de 5 a 10 minutos los primeros 30 días para favorecer la circulación sanguínea.
- Utilice medias antiembólicas durante las 24 horas del día por 15 días
- Evite sentarse sobre sus glúteos durante las primeras 3 semanas después de su cirugía. Procure sentarse sobre la parte posterior de los muslos.
- Puede empezar a conducir 3 semanas después de la cirugía.
- Evite dormir boca arriba. Puede hacerlo de lado o boca abajo durante las primeras 3 semanas.
- Evite fumar y consumir bebidas alcohólicas ya que estas alteran el proceso de cicatrización.
- Tome gatorade o pedialite frecuentemente durante los primeros 5 días postoperatorios para prevenir la deshidratación.
- Al bañarse, utilice agua tibia y jabón suave. Evite usar jabones de tipo quirúrgico como clorhexidina o soluciones yodadas. Asegúrese de secar por completo la herida utilizando movimientos delicados.
- Mantenga una dieta balanceada luego de la cirugía: baja en grasa, azúcares refinados y picante. Procure consumir abundantes proteínas, frutas y verduras sobre todo aquellas que contengan vitamina c.
- No se exponga al sol los primeros 12 meses postoperatorios. Al salir, utilice bloqueador solar spf 50+ 3 veces al día.
- Evite aplicar cremas, ungentos y pomadas que no hayan sido indicadas por el doctor sobre las cicatrices. No consuma ningún medicamento ni suplementos naturistas sin previa autorización.
- Comience con el ejercicio cardiovascular luego de 45 días de la cirugía, e incremente progresivamente la intensidad. Después de 2 meses, puede iniciar ejercicios de fuerza de manera progresiva según su tolerancia
- **Signos de alarma:** dolor en el pecho, dificultad para respirar, fatiga, dolor severo, fiebre, inflamación o dolor en las piernas, aumento del tamaño del glúteo (doble) de manera abrupta, cambios de coloración agudos.

## Postoperative recommendations for brazilian butt lift

- Have an adult accompanying you for the first 72 hours after surgery
- Walk every hour for intervals of 5 to 10 minutes for the first 30 days to promote blood circulation.
- Use compression stockings 24 hours a day for 15 days
- Avoid sitting on your buttocks during the first 3 weeks after your surgery. Try to sit on the back of your thigh.
- You may start driving 3 weeks after surgery.
- Avoid sleeping laying on your back. You can lay on your side or face down for the first 3 weeks.
- Avoid smoking and consuming alcoholic beverages since these alter the healing process.
- Drink gatorade or pedialite frequently during the first 5 days after the surgery to prevent dehydration.
- When bathing, use lukewarm water and mild soap. Avoid using surgical soaps such as chlorhexidine or iodined solutions. Be sure to dry the wound completely, using gently movements.
- Maintain a balanced diet after surgery: low fat, no refined sugars and spicy. Try to consume abundant proteins, fruits, and vegetables especially those that contain vitamin c.
- Do not expose yourself to the sun for the first 12 months after the surgery. Apply sun block spf 50+ 3 times a day.
- Avoid applying creams, gels and ointments which have not been indicated by the doctor. Do not take any medication or natural supplements without prior authorization.
- Begin cardiovascular exercise 45 days after surgery, and progressively increase the intensity. After 2 months, you can begin strength exercises progressively according to your tolerance
- Alarm signs: chest pain, difficulty breathing, fatigue, severe pain in the buttocks, fever, inflammation or pain in the legs, abrupt enlargement of the buttocks (double), acute color changes.