

Cuidados previos y posteriores al relleno de glúteos

Pretratamiento:

Puede aplicar Crema de Árnica o tomar pastillas de árnica 3 a 4 días antes del tratamiento en las áreas donde puedan ocurrir hematomas para reducir o prevenir cualquier hematoma posterior al tratamiento.

- **Evite tocar o frotar la zona tratada:** Abstenerse de tocar, frotar o aplicar presión en el área tratada durante al menos 6 horas después del tratamiento. Esto ayuda a evitar que el relleno se mueva y garantiza una integración adecuada en los tejidos.

- **No realice ejercicios extenuantes:** Evite el ejercicio extenuante o las actividades que aumenten el flujo sanguíneo a la cara durante al menos 24 horas después de las inyecciones de relleno. La actividad física vigorosa puede exacerbar la hinchazón y potencialmente desplazar el relleno.

- **Evite el consumo de alcohol:** Minimice el consumo de alcohol durante las primeras 24 horas posteriores al tratamiento, ya que el alcohol puede aumentar el riesgo de aparición de hematomas e hinchazón en los lugares de inyección.

- **No aplicar calor:** Evite la exposición a fuentes de calor como saunas, jacuzzis o luz solar directa durante al menos 24 a 48 horas después del tratamiento. El calor puede aumentar la hinchazón y el malestar en los lugares de inyección.

- **No tome medicamentos anticoagulantes:** Evite tomar medicamentos anticoagulantes, como aspirina o medicamentos antiinflamatorios no esteroides (AINE), durante unos días después del tratamiento, a menos que su proveedor de atención médica le indique lo contrario. Estos medicamentos pueden aumentar el riesgo de aparición de hematomas y sangrado en los lugares de inyección.

- **No exponga el área tratada a productos químicos agresivos:** Evite aplicar productos agresivos para el cuidado de la piel o someterse a exfoliaciones químicas o tratamientos con láser en el área tratada durante al menos una semana después de las inyecciones de relleno. Estos tratamientos pueden irritar la piel e interferir con el proceso de curación.

- **No entre en pánico si se produce una hinchazón inicial:** Es normal experimentar algo de hinchazón, enrojecimiento o hematomas después de las inyecciones de relleno. Sin embargo, si experimenta hinchazón, dolor u otros síntomas preocupantes intensos o prolongados, comuníquese con su proveedor de atención médica de inmediato.

-**Rest:** Trate de descansar lo más posible durante las primeras 24 a 48 horas.

- **Evite sentarse directamente:** en sus nalgas durante períodos prolongados y, si debe sentarse, utilice una almohada o un asiento acolchado.

-**Hidratación:** Beba mucha agua para ayudar a su cuerpo a sanar y reducir la hinchazón.

-Usar ropa holgada y cómoda para evitar ejercer presión sobre la zona tratada.

-Tomar analgésicos de venta libre u otros medicamentos. **según sea necesario.**

-Aplicar bolsas de hielo para reducir la hinchazón y **Aplique bolsas de hielo según sea necesario.**

-Mantener limpia la zona.

-Lave el área con agua solo la noche de su tratamiento y reanude su rutina normal de baño después de 24 horas.

- No frote ni pellizque el lugar de la inyección, ya que esto también puede provocar una infección.

-Masajear la zona

-Puedes masajear los glúteos diariamente durante 10 minutos durante dos semanas.

-Es posible que experimente hinchazón, hematomas y sensibilidad después del procedimiento, que deberían desaparecer en unos pocos días. Para ayudar con los hematomas, puedes intentar tomar árnica.