

# 1. URETOPLASTIA

## ✓ Cuidados generales

- Mantener el sondaje urinario sin tracción, limpio y bien fijado para evitar desplazamientos.
- Lavar el meato urinario con agua tibia y jabón suave una vez al día.
- Evitar mojar la herida durante los primeros 48 horas; luego puede ducharse sin frotar la zona.
- Tomar abundante agua (1,5–2 litros por día según indicación médica).
- Evitar ropa ajustada y actividades que generen presión perineal.

## ✓ Actividad física

- Evitar caminar largas distancias durante la primera semana.
- No levantar objetos de más de 5 kg durante 4 semanas.
- No montar bicicleta, motocicleta ni hacer ejercicio de impacto durante 6–8 semanas.

## ✓ Medicación y manejo del dolor

- Analgésicos y antiinflamatorios según fórmula médica.
- Antibióticos solo si fueron formulados.
- Evitar automedicación.

## ✓ Qué es normal

- Goteo leve alrededor de la sonda.
- Molestia perineal leve al sentarse.

## ✓ Señales de alarma

- Fiebre mayor a 38 °C.
  - Sangrado persistente o salida de sangre por alrededor de la sonda.
  - Dolor intenso en el periné.
  - Falta de drenaje por la sonda o disminución marcada del flujo.
  - Mal olor fuerte o secreción purulenta.
- 

## 2. ESFÍNTER URINARIO ARTIFICIAL

### ✓ Cuidados generales

- No manipular la bomba del esfínter hasta que el urólogo lo active (aprox. 6 semanas).
- Mantener la herida seca y limpia.
- Evitar presión sobre el periné y escroto.
- De ahora en adelante siempre que requiera paso de sondas debe advertir al personal médico que ud tiene implantado un esfínter artificial y esta sonda deberá ser pasada por un urólogo entrenado para evitar lesiones uretrales que la mayoría de veces suelen ser graves"

### ✓ Actividad

- No montar bicicleta.
- Evitar esfuerzos abdominales intensos por 6 semanas.
- Usar ropa interior ajustada para estabilizar el implante.

### ✓ Medicación

- Analgésicos y antibióticos si están indicados.
- Evitar antiinflamatorios no formulados.

## ✓ Señales de alarma

- Dificultad para orinar con dolor intenso.
  - Inflamación marcada del escroto o periné.
  - Fiebre o secreción purulenta.
  - Dolor con movimiento de la prótesis.
- 

# 3. PRÓTESIS DE PENE

## ✓ Cuidados generales

- Mantener reposo relativo por 48–72 horas.
- Aplicar hielo cubierto sobre el escroto 10–15 minutos 3 veces al día.
- Mantener el pene en posición hacia arriba dentro de la ropa interior para disminuir edema.

## ✓ Actividad sexual

- No actividad sexual ni masturbación por 6–8 semanas.
- El médico indicará cuándo activar la bomba.

## ✓ Actividad física

- Evitar ejercicio intenso y bicicleta por 6 semanas.

## ✓ Señales de alarma

- Fiebre.
  - Dolor severo que no mejora con analgésicos.
  - Enrojecimiento progresivo, calor o drenaje de la herida.
  - Imposibilidad para inflar o desinflar el dispositivo tras su activación.
- 

## **4. IMPLANTE DE INTERSTIM (NEUROMODULACIÓN SACRA)**

### **✓ Cuidados generales**

- Mantener apósito limpio y seco por 48 horas.
- Evitar movimientos bruscos de la zona lumbar.
- No manipular el generador sin instrucciones.

### **✓ Actividad**

- No flexionar la cintura más de 90° por 2 semanas.
- Evitar subir escaleras repetidamente y ejercicio de impacto 4–6 semanas.

### **✓ Señales de alarma**

- Dolor lumbar intenso.
  - Adormecimiento o hormigueo intenso en extremidades.
  - Fiebre o secreción por la herida.
  - Cambios súbitos en la efectividad de la estimulación.
-

## 5. CIRUGÍA LÁSER DE PRÓSTATA

### ✓ Cuidados generales

- Mantener buena hidratación para limpiar la vejiga.
- Puede haber orina rosada varios días.
- Evitar estreñimiento (fibra + hidratación).

### ✓ Actividad

- Caminar de forma suave.
- Evitar ejercicio intenso por 3 semanas.
- No conducir por 48 horas.

### ✓ Sexualidad

- Eyaculación puede ser retrógrada; retomar actividad sexual tras 3–4 semanas si no hay molestias.

### ✓ Señales de alarma

- Dificultad marcada para orinar.
- Coágulos grandes.
- Fiebre o escalofríos.
- Dolor lumbar fuerte (puede indicar infección urinaria).

---

## 6. PROSTATECTOMÍA RADICAL LAPAROSCÓPICA

## ✓ Cuidados generales

- Cuidar incisiones limpiando con agua y jabón suave.
- Manejo estricto de la sonda urinaria (usualmente se retira entre día 7–14).
- Caminar varias veces al día para prevenir trombosis.

## ✓ Actividad

- Evitar peso  $>5$  kg durante 6 semanas.
- No conducir por 2 semanas.
- Ejercicios de piso pélvico según indicación (cuando el médico lo permita).

## ✓ Función eréctil

- Puede requerir terapia de rehabilitación eréctil (bombas de vacío/medicación).

## ✓ Señales de alarma

- Fiebre.
- Enrojecimiento o secreción de incisiones.
- Dolor abdominal progresivo.
- Dificultad urinaria intensa después de retirar la sonda.

---

# 7. CIRUGÍA DE INCONTINENCIA FEMENINA CON SLING

## ✓ Cuidados generales

- Evitar empujar al orinar.
- Mantener higiene genital suave.
- Evitar estreñimiento.

## ✓ Actividad

- No levantar peso por 4–6 semanas.
- Evitar ejercicio de impacto y bicicleta 6 semanas.

## ✓ Sexualidad

- No relaciones sexuales por 6 semanas.

## ✓ Señales de alarma

- Incapacidad para orinar.
  - Dolor pélvico fuerte.
  - Fiebre o flujo vaginal de mal olor.
  - Sangrado importante.
- 

# 8. CIRUGÍA DE CORRECCIÓN DE PROLAPSO VAGINAL

## ✓ Cuidados generales

- Mantener reposo relativo por 7 días.
- Higiene diaria con agua y jabón sin frotar.
- Evitar estreñimiento estrictamente.

## ✓ Actividad

- No cargar peso >5 kg por 6 semanas.
- Evitar esfuerzos abdominales.
- No piscinas por 4 semanas.

## ✓ Sexualidad

- Evitar relaciones sexuales 6–8 semanas.

## ✓ Señales de alarma

- Sangrado abundante.
  - Dolor pélvico que empeora.
  - Fiebre o secreción vaginal purulenta.
  - Sensación de “bulto” nuevamente.
- 

# 9. CIRCUNCISIÓN

## ✓ Cuidados generales

- Lavar la zona con agua y jabón suave una vez al día.
- Mantener el área seca.
- Aplicar crema formulada (si se indicó).
- Usar ropa interior ajustada.

## ✓ Actividad

- Evitar bicicleta y deportes de contacto 4 semanas.

## ✓ Señales de alarma

- Fiebre, sangrado persistente, mal olor, secreción purulenta.
  - Coloración negra del glande.
- 

# 10. VASECTOMÍA

## ✓ Cuidados generales

- Hielo cubierto 15 min cada 8 horas por 48 h.
- Usar suspensorio o ropa interior ajustada 5 días.
- Ducharse después de 24 horas; no baños de tina por 7 días.

## ✓ Actividad

- Evitar ejercicio intenso 7 días.
- Retomar relaciones sexuales tras 7 días pero usar método anticonceptivo adicional hasta confirmar ausencia de espermatozoides en espermograma (aprox. 12 semanas).

## ✓ Señales de alarma

- Dolor testicular intenso.
  - Aumento de volumen progresivo (posible hematoma).
  - Fiebre o enrojecimiento del escroto.
-

# 11. VARICOCELECTOMÍA

## ✓ Cuidados generales

- Elevar el escroto con ropa ajustada.
- Hielo las primeras 24–48 horas.
- Evitar largos periodos de pie la primera semana.

## ✓ Actividad

- No ejercicio intenso por 2–3 semanas.
- Evitar relaciones sexuales 2 semanas.

## ✓ Señales de alarma

- Aumento marcado de volumen del testículo.
- Dolor intenso que no mejora.
- Fiebre.

---

# 12. URETEROLITOTOMÍA LÁSER (URETEROSCOPIA LÁSER)

## ✓ Cuidados generales

- Orina rosada es normal por unos días.
- Tomar abundante líquidos para eliminar restos.
- Si se dejó stent ureteral, pueden presentarse urgencia urinaria o dolor lumbar leve.

## ✓ Actividad

- Evitar ejercicio intenso por 1–2 semanas.
- Caminar es recomendable.

## ✓ Señales de alarma

- Fiebre o escalofríos ( posible infección).
- Dolor lumbar muy fuerte.
- Dificultad para orinar.
- Coágulos grandes o sangrado persistente.