

¿DUDAS ANTES DE TU CIRUGÍA?

Estamos
a un mensaje
de distancia



WhatsApp directo
+52 33 4476 4118



Escanea para
escribirnos

*Gracias por confiar en nosotros para recuperar tu
tranquilidad — bienvenido a una vida sin sudor
excesivo.*



 Hospital Puerta de Hierro Andares
Guadalajara, Jalisco

 Lunes a viernes, previa cita
Telemedicina disponible

Esta guía es de carácter informativo y complementa —no
sustituye— las indicaciones de tu equipo médico. Ante cualquier
duda o síntoma de alarma, contacta a tu cirujano o acude a
urgencias.



TU LÍNEA DE TIEMPO

De la preparación
al alta, en un
vistazo



7 días antes

Estudios preoperatorios y preparación general



Noche anterior

Ayuno indicado y descanso



Día de cirugía

Procedimiento de ~45 minutos



24–48 horas

Alta y primeros pasos en casa



1 semana

Retorno a actividades cotidianas



2–3 semanas

Actividad física completa

Ya lo decidiste. Aquí tienes cada paso →

ESPECIALISTA EN HIPERHIDROSIS ·
GDL



Guía del Paciente Quirúrgico

Simpatectomía Torácica

Protocolo de Recuperación Acelerada (ERAS)

Ya tienes fecha de cirugía: diste un paso decidido
hacia dejar atrás el sudor excesivo.
Esta guía te acompaña de la preparación al alta.

Dr. Gildardo Cortés Julián

Cirujano Cardiorácico · Hospital Puerta de Hierro
Andares

Preparación prequirúrgica

Ya diste el paso más difícil: decidir. Ahora piensa en esta etapa como el entrenamiento antes de una carrera corta — entre mejor preparado llegues, más ligera será tu recuperación.

DESDE 7 DÍAS ANTES — marca cada casilla

- ☐ **Estudios preoperatorios vigentes**
Biometría hemática, química sanguínea, perfil tiroideo, tiempos de coagulación, radiografía de tórax PA/lateral y EKG de 12 derivaciones. Vigencia no mayor a 3 meses.
- ☐ **Informa a tu cirujano**
Si tomas anticoagulantes, antiagregantes o suplementos. Solo suspéndelos si él te lo indica.
- ☐ **Evita fumar**
El tabaco retrasa la cicatrización y la recuperación pulmonar.
- ☐ **Hidratación y alimentación balanceada**
Mantente bien nutrido en los días previos.

NOCHE ANTERIOR

- ☐ **Ayuno según indicación**
Respetar el horario que te dé tu equipo de anestesia.
- ☐ **Uñas, joyería y lentes de contacto**
Retira esmalte, accesorios y lentes de contacto.
- ☐ **Confirma tu acompañante**
Para el día de la cirugía y tu regreso a casa.
- ☐ **Prepara tu carpeta de documentos**
Reportes impresos de estudios, historia clínica, consentimientos firmados, indicaciones y nota prequirúrgica. Entrégalos en admisión.

Tu cirugía, paso a paso

-  **Llegada y registro**
Entrega tu carpeta de documentos en admisión
-  **Valoración preanestésica**
Confirmación final antes de pasar a quirófano
-  **Quirófano — ~45 minutos**
Anestesia general · 2 incisiones de 5 mm · Videotoracoscopia (VATS)
-  **Recuperación inmediata**
Control de temperatura y manejo del dolor
-  **Alta**
El mismo día o al siguiente, según tu evolución

Como un interruptor: la señal que sobreactiva la sudoración se interrumpe de forma controlada y precisa.

PRINCIPIOS ERAS EN TU CIRUGÍA

Tu equipo prioriza normotermia (temperatura corporal controlada), manejo del dolor con mínimo uso de opioides y movilización temprana — pilares de la recuperación acelerada.

Recuperación postquirúrgica

Bienvenido a tu nueva normalidad: manos secas y más confianza. Marca cada casilla en tu recuperación.

PRIMERAS 24–48 HORAS

- ☐ **Manos secas desde el quirófano**
El resultado es inmediato.
- ☐ **Movilización temprana**
Camina y muévete en cuanto te sientas listo — acelera tu recuperación.
- ☐ **Retoma tu alimentación normal**
Tan pronto la toleres.
- ☐ **Cuida tus incisiones**
Manténlas limpias y secas.

PRIMERA SEMANA

- ☐ **Actividades cotidianas y trabajo de oficina**
Puedes retomarlas con normalidad.
- ☐ **Evita esfuerzo físico intenso**
No levantes peso durante esta semana.

2–3 SEMANAS

- ☐ **Actividad física intensa**
Reincorporación completa al ejercicio.

SEÑALES DE ALARMA — contacta a tu cirujano

- | | |
|----------------------|----------------------------|
| Fiebre mayor a 38 °C | Dificultad para respirar |
| Dolor no controlado | Enrojecimiento o secreción |

Elegiste dejar atrás el sudor excesivo. Cada día que pasa fortalece tu recuperación — disfruta el proceso.