



Esta publicación es propiedad intelectual conjunto de:  
International Circumcision Forum © Inter-Circ 2014-2017  
The Circumcision Helpdesk™ © The Circumcision Helpdesk™ 2014-2017  
Todos los derechos reservados.



# Cuidados Post Operatorios para una circuncisión de adolescente o adulto

*Guía introductoria*



## **Aviso de derecho de autor**

Esta publicación es propiedad intelectual conjunto de:  
International Circumcision Forum © Inter-Circ 2014-2017  
The Circumcision Helpdesk™ © The Circumcision Helpdesk™ 2014-2017  
Todos los derechos reservados.

Cualquier reproducción o redistribución de parte o la totalidad de los contenidos en cualquier forma está prohibida salvo para los siguientes fines:

- La impresión o la descarga de este documento a un disco duro local para su uso personal y no-comercial,
- Copiar el documento completo, en forma electrónica o impresa, a terceras partes individuales para su uso personal. No se realizará ningún cargo y se debe identificar al Inter-Circ International Circumcision Forum como la fuente del material,
- Proporcionar un hipervínculo estándar de su sitio web personal o blog a este documento siempre que se abra en una nueva ventana o pestaña, completo con la identidad de Inter-Circ en la línea de direcciones del navegador,
- Citar partes de esta publicación para fines académicos siempre que la fuente sea reconocida como se menciona anteriormente.

Usted no puede, sin nuestro permiso expreso por escrito, distribuir o explotar comercialmente el contenido de este documento, ni tampoco se puede transmitir o almacenar en cualquier otra página web u otro tipo de sistema de recuperación electrónica.

Las solicitudes de este tipo de utilización deben ser dirigidas por escrito a:  
[Inter-Circ-owner@yahoogroups.com](mailto:Inter-Circ-owner@yahoogroups.com)

es más corto en longitud. Cuando la inflamación se vaya este efecto desaparecerá notablemente.

Las erecciones pueden no ser tan fuertes durante el período post-operatorio inmediato como solían ser. Nuevamente, estas volverán a ser normales cuando la curación esté completa y el pene se haya asentado.

## **¿Mi pregunta no está contestada?**

Aunque se ha hecho todo lo posible para que esta publicación sea lo más completa posible en los temas más importantes del post-operatorio de una circuncisión, es inevitable que no sea capaz de responder a todas las preguntas o preocupaciones que usted pueda tener en el período post-operatorio.

Siempre recomendamos consultar con su médico o cirujano para asesorarse si tiene alguna duda o si está preocupado por algún aspecto de su recuperación. Si no ha encontrado una respuesta adecuada a su pregunta en esta publicación, debe contactar a su médico para obtener información.

Es esencial que usted llame o visite a su médico de inmediato si usted tiene serias dudas sobre su recuperación, por ejemplo: sangrado, infección o la apertura de la herida.

Para más ayuda y apoyo, Ud. siempre puede hacer preguntas en el foro Inter-Circ International Circumcision. Sus demás miembros le podrán ayudar con consejos en base a su propio conocimiento y experiencia. Cabe destacar que el foro no es un sustituto del consejo de su propio médico.

Damos la bienvenida a cualquier sugerencia para mejorar esta guía. Por favor envíelas a través del foro.

## **Enlaces recomendados**

Inter-Circ no es la única editora de información fiable sobre la circuncisión. En la sección de enlaces de la página web se incluye enlaces a los siguientes sitios recomendados y otras fuentes de información. Inter-Circ no tiene control alguno sobre el contenido de éstos sitios externos y no da fe de su exactitud.

El foro Inter-Circ International Circumcision  
<https://groups.yahoo.com/neo/groups/Inter-Circ/info>

El sitios web de Circumcision Helpdesk™  
<http://www.circumcisionhelpdesk.org>  
<http://www.circinfo.com>

El sitio web de Circlist  
<http://www.circlist.com>

El sitio web de Circ-Info  
<http://www.circinfo.net>

pegamento puestos definitivamente no debe tratar de tener relaciones sexuales o masturbarse ya que podría causar lesiones. De todos modos es poco probable que una persona se sienta suficientemente capaz de reanudar tales actividades así de rápido.

A modo de guía, en general se recomienda evitar la masturbación durante a lo menos 2 a 3 semanas, y después de eso hacerlo con cuidado. Si necesita alivio durante el proceso de curación, pruebe las técnicas que estimulan lugares distintos al glande y a la línea de la cicatriz. Estos pueden incluir apretar sólo el tronco, el masaje de pezones o los masajes de próstata.

También se recomienda evitar las relaciones sexuales durante alrededor de 6 semanas, y evitar cualquier actividad rigurosa durante un tiempo después. Es importante recordar que el pene todavía estará curándose en este momento y por lo tanto hay posibilidades de lesiones a menos que se aplique precaución. Para evitar la fricción excesiva en la línea de la cicatriz de curación, es posible que desee considerar el uso de un condón. El condón se debe utilizar siempre para tener relaciones sexuales con penetración (incluso con una pareja estable) hasta que la línea de la cicatriz esté completamente curada y establecida, lo que puede tardar dos o tres meses.

### **Tiempo de baja en la escuela o el trabajo**

No hay necesidad absoluta de tomar tiempo de baja en la escuela o el trabajo después de la circuncisión, pero puede que le resulte muy difícil concentrarse en el trabajo durante los primeros días y puede ser útil tomar una semana de descanso.

Una semana (o incluso dos) fuera del trabajo es muy conveniente si tiene que levantar objetos pesados o si tu trabajo lo mantiene sentado y no puede moverse libremente durante largos períodos de tiempo (por ejemplo, en centros de atención telefónica).

Se hayan usado anestesia general, no puede operar maquinaria por lo menos 24 horas.

### **Deportes**

Usted debe evitar los deportes de rápido movimiento o de contacto, montar en bicicleta, montar a caballo y nadar hasta que la circuncisión haya sanado completamente.

### **¿La circuncisión ha acortado mi pene?**

Es un mito común que la circuncisión acorta el pene. La circuncisión no reduce o extiende la longitud del pene. El pene se mantendrá el mismo tamaño que tenía antes de la circuncisión (con la excepción de la longitud irrelevante del prepucio sobresaliente que fue eliminada).

La razón de esta inquietud se debe a la cantidad de inflamación en el período post-operatorio. Cuando el pene se hincha y se ve "gordo" da la ilusión de que el pene

## **Cuidados Post Operatorios para una circuncisión de adolescente o adulto**

### **Guía introductoria**

*Autores*

### **Equipo de Moderación Inter-Circ en conjunto con La Mesa de Ayuda de Circuncisión™**

*Revisor médico*

**John Murray M.D.**

Tercera edición

Actualizado a mayo 2017



### **El Inter-Circ International Circumcision Forum**

es un grupo pro-circuncisión administrado por voluntarios. El propósito del grupo es dar a conocer los beneficios de la circuncisión, para debatir asuntos de actualidad relacionados con el tema y ofrecer asesoramiento tanto antes como después de la circuncisión.

El foro Inter-Circ se encuentra en:

<https://groups.yahoo.com/neo/groups/Inter-Circ/info>

### **Aclaración**

Si bien se ha hecho todo lo posible para asegurar la exactitud y la aplicabilidad de la información contenida en esta publicación, ésta pretende ser una guía introductoria solamente y no una fuente de información completa o totalmente indiscutible. Los autores enfatizan que si tiene alguna duda acerca de cómo prepararse para la circuncisión usted debe buscar inmediatamente el consejo de su médico o cirujano. Esta guía no pretende ser un sustituto al consejo de un médico y nada en este documento debe interpretarse como "consejo médico".

**Si su médico le ha dado instrucciones específicas, sobre el cuidado posterior, las cuales que difieren del consejo general en este folleto, usted puede querer discutir estas con él; pero en última estancia tomar su consejo, ya que puede ser específico de su caso.**

**Contenido***Página*

- 3** Introducción
- 3** Preparación
- 3** Antes de irse a casa
- 4** Viajes
- 4** *Anestesia general*
- 4** *Anestesia local*
- 5** ¡Se ve horrible! ¿Qué he hecho?
- 5** Curación y cómo promoverla
- 5** Hinchazón
- 6** Descamación del glande
- 6** El dolor y el malestar
- 7** Alivio del dolor
- 7** Los puntos (suturas)
- 8** Vendajes
- 9** Lavado y baño
- 10** Micción
- 10** Dormir y erecciones nocturnas
- 10** Infección
- 11** La cicatriz de la circuncisión
- 11** El frenillo
- 11** El sexo y la masturbación
- 12** Tiempo de baja en la escuela o el trabajo
- 12** Deportes
- 12** ¿La circuncisión ha acortado mi pene?
- 13** ¿Mi pregunta no está contestada?
- 13** Enlaces recomendados

un producto anti-bacteriano para las heridas, tales como la vaselina anti-bacteriana o el polvo seco de Betadine™. No utilice líquidos antisépticos fuertes, ya que pueden destruir la piel de reciente formación y retrasar la curación.

**La cicatriz de la circuncisión**

Al igual que con otras cirugías, una cicatriz se produce cuando se forma nuevo tejido para unir los bordes de la herida. Cuando una circuncisión se realiza “sin derramamiento de sangre” y “sin costuras” usando un dispositivo como el Ali’s Clamp™, el prepucio se marchita y se cae solo. Una vez que el dispositivo de compresión se ha eliminado se formará la cicatriz, que puede sentirse muy tierna aun. La aplicación de una crema dermatológica que contenga vitamina E sobre la herida ayudará a disipar esta sensación.

Cuando la circuncisión se ha realizado cortando el prepucio de manera convencional, los dos bordes requerirán una costura para unirse. Si las puntadas están muy juntas y los bordes de la herida se fijan firmemente uno contra el otro, el tejido de la cicatriz se forma en aproximadamente dos semanas. Una herida cosida de manera más suelta requerirá más tiempo para sanar. La aplicación de una crema con vitamina E ayudará a acelerar la formación del tejido de la cicatriz. Para reducir la apariencia visible de la cicatriz de la circuncisión, los productos como BioOil™ o la crema Mederma™ pueden aplicarse una vez se haya completado la cicatrización.

**El frenillo**

Independientemente de si su frenillo se extirpó durante la circuncisión, todavía requerirá de su atención como parte de su cuidado post-operatorio. Si el frenillo no se ha quitado durante la circuncisión es muy probable que se lo hayan cortado y cosido de todos modos. Si el frenillo se ha eliminado, entonces sin duda se han utilizado puntos de sutura (o pegamento) para cerrar la herida en la zona.

El frenillo es a menudo la parte con la apariencia más fea del pene durante la curación y tarda un poco más que la herida principal en sanar. Es normal que el frenillo sangre un poco de vez en cuando y también que drene líquido linfático en la zona. Un sangrado abundante o prolongado en el frenillo puede ser indicativo de un corte sostenido de los vasos frenulares, en cuyo caso usted debe buscar atención médica inmediatamente.

Una apariencia blanca durante la curación no es una infección, sino que es piel muerta debido a la cauterización para evitar hemorragia.

**El sexo y la masturbación**

No hay reglas fijas en lo que respecta a las relaciones sexuales y la masturbación en el período posterior a la circuncisión, pero no se entusiasme de más en tener relaciones sexuales hasta que la circuncisión haya sanado completamente, lo que normalmente puede tomar hasta ocho semanas. Algunas personas pueden sentirse cómodas en reanudar la actividad sexual antes que otras. Sin embargo, si aún tiene los puntos o

## Micción

No se sorprenda durante los primeros días si la orina tiende a rociar en vez de salir como un chorro ordenado. Este es el resultado natural de la inflamación y se solucionará en la medida que la inflamación disminuya. Mientras tanto, posiblemente preferirá sentarse para orinar.

## Dormir y erecciones nocturnas

Después de la circuncisión usted puede estar preocupado por tener que despertarse de su sueño por el dolor, la incomodidad o por una erección dolorosa. Tales preocupaciones son comunes pero son fáciles de tratar. Trate de mantener su rutina regular de sueño y el uso de los cubrecamas más ligeros que aún lo mantengan suficientemente caliente. Si es posible, mantenga su zona del pubis más fresca que el resto de su cuerpo. Lo mejor es no beber nada dos horas antes de acostarse y vaciar su vejiga antes de ir a la cama.

Usar un par de calzoncillos ajustados y limpios en la cama mantendrá su pene completamente sujeto, mientras que dormir de lado con las rodillas dobladas en posición fetal reduce la tensión en el pene y si tiene una erección ayuda a que esta desaparezca. Si usted hace esto puede que le resulte más cómodo colocar una almohada delgada entre las piernas. Las primeras una o dos noches suelen ser muy incómodas, pero después de esto su sueño se tornará mucho más fácil. Una compresa fría en la zona también puede ayudar.

Es raro que una puntada se afloje producto de las erecciones, pero esto puede ocurrir de vez en cuando. Generalmente no es nada importante de qué preocuparse. Si se despierta por la noche con una erección lo recomendable es simplemente vaciar la vejiga, volver a la cama y distraer la mente leyendo un libro, ver la televisión o jugar en la computadora hasta que sienta sueño otra vez.

Por lo general es mejor evitar los medicamentos anti-erección, ya que son poco fiables. Sin embargo, uno de los medicamentos que pueden ayudar es el Sudafed que contiene clorhidrato de pseudoefedrina.\*

\* Esta es una sustancia controlada en algunos países, por lo que usted necesita una prescripción médica, y/o identificación con el fin de comprar estos artículos.

## Infección

Las tasas de infección en el período post-operatorio son bajas, y cuando aparece una infección normalmente es leve y fácil de tratar con una dosis estándar de antibióticos. Un error común es confundir el líquido linfático con el pus. La linfa es el líquido amarillo de aspecto acuoso que se acumula en el pene y causa hinchazón. La supuración de un poco de líquido linfático es normal y no es un signo de infección. El pus, por otro lado, es una secreción más gruesa, amarilla o blanca, casi como una natilla, que olerá mal. En caso de duda consulte a su médico.

La reducción del riesgo de infección se puede lograr con buenas técnicas de higiene, el cambio regular de los apósitos, un lavado y secado apropiados del pene, y el uso de

## Introducción

La circuncisión puede ser uno de los eventos más preocupantes y emotivos en la vida de un hombre; debido a la importancia del pene de la vida de un hombre.

Cualquier procedimiento quirúrgico conlleva ansiedades, preocupaciones y riesgos potenciales. A pesar de que su experiencia después de la operación puede ser estresante, en última instancia las dificultades temporales que experimentará en el periodo de cicatrización valdrán la pena.

Esta publicación tiene como objetivo disipar sus ansiedades, atender sus inquietudes y explicar en términos sencillos qué hacer, y que tener en cuenta después de haber pasado por la circuncisión como un adolescente o un adulto.

No hay reglas duras ni rápidas con respecto a cómo cuidar de una circuncisión reciente, por lo que la siguiente información es sólo una guía. Esta información ha sido recopilada de una variedad de fuentes, incluyendo las fichas de consejos para el cuidado post-operatorio de varios médicos diferentes, y las recomendaciones dadas en la Internet por hombres recién circuncidados que relatan lo que funcionó bien para ellos.

Es deseable obtener asesoramiento de otras personas que han estado en la misma situación, para así ser capaces de hacerle frente como sea posible. Las discusiones en el foro de Inter-Circ pueden ser especialmente valiosas para responder a preguntas específicas, aunque no deben ser utilizadas como un sustituto a conversar inmediatamente con su médico acerca de las preocupaciones serias.

Tenga en cuenta que esta publicación se refiere sólo a la circuncisión de adultos y adolescentes, y no a los bebés o niños pre-púberes, para los cuales hay un folleto complementario. Esperamos que usted la encuentre útil como ayuda en su recuperación.

## Preparación

Usted puede obtener un folleto similar sobre la preparación para una circuncisión de adolescente o adulto en el sitio web de Inter-Circ, en [https://groups.yahoo.com/neo/groups/Inter-Circ/files/Preparacion para una circuncision de adolescente o adulto](https://groups.yahoo.com/neo/groups/Inter-Circ/files/Preparacion%20para%20una%20circuncision%20de%20adolescente%20o%20adulto) el que también está disponible en la Mesa de Ayuda de Circuncision™ en <http://www.circinfo.com/preparation/prep.html>

El folleto incluye además consejos muy útiles para la preparación de su circuncisión, que incluye una lista de las cosas que debe llevar a la cirugía para su uso inmediatamente después.

## Antes de irse a casa

Su cuidado post-operatorio se inicia en la cirugía tan pronto como se le informa que la operación ha terminado. El médico debe pedirle que espere hasta media hora antes

de salir de la cirugía para que él pueda comprobar y estar satisfecho de que usted no está sangrando y que usted pueda orinar sin problemas.

Afortunadamente estas complicaciones son raras. Se puede esperar hemorragias pequeñas como en cualquier procedimiento quirúrgico, pero el sangrado abundante puede ser indicativo de que la herida se ha abierto o que hubo un sellado incompleto de los vasos sanguíneos más profundos. En ambos casos la pérdida de sangre puede ser importante y se requiere atención médica inmediata. El experimentar dificultad o dolor al orinar también puede ser grave y debe recibir atención médica urgente.

Asegúrese de haber recibido instrucciones escritas para el cuidado después de la operación y saber cuánto tiempo debe esperar para cambiar el primer vendaje.

Tome un poco de medicamento para el alivio del dolor en forma preventiva para cuando el anestésico local desaparezca (vea la sección de alivio del dolor en la página 7).

## Viajes

Si usted vive a una distancia significativa, algunos médicos pueden pedirle que se mantenga bastante cercano al lugar de la cirugía en caso que surja cualquier problema en las 24 horas siguientes al procedimiento. Esto le permitiría volver fácilmente si fuera necesaria alguna acción correctiva.

Sus planes de viaje también deben considerar su aptitud para viajar después de la operación de circuncisión. Esto dependerá del tipo de anestésico utilizado.

### Anestesia general

Si a usted le aplicaron anestesia general, se le requerirá quedarse en el hospital durante varias horas para permitir que la misma desaparezca en la medida en que sea seguro retirarse. Sin embargo, todavía habrá una cantidad significativa de anestésico en su cuerpo por al menos 6 horas.

Se puede sentir un poco desorientado y su juicio definitivamente se deteriorará un poco. **No debe** conducir un coche por lo menos 24 horas y **debe** tener un compañero para que lo acompañe a casa, ya sea en coche o en transporte público.

Se considera seguro volar cortas distancias (2 horas como máximo) con su compañero en ese momento, pero hay que esperar otras 24 horas antes de viajar alcances medios o largos, los que entonces se pueden volar sin acompañante.

### Anestesia local

Resulta seguro conducir un coche por sí mismo, utilizar el transporte público, o volar a cualquier destino poco después de la operación, siempre y cuando haya tenido un descanso y algo de comida.

demasiado tiempo, pero lo suficiente para eliminar la sangre seca) y luego séquelo con una gasa seguido por la aplicación de un vendaje nuevo para proteger la herida que continuará sanando. Para reducir la posibilidad de que la sangre haga que se pegue a la piel, aplique antes del vendaje una capa delgada de vaselina en ungüento.

La siguiente es una lista de cosas que pueden ayudarle al cambiar sus vendajes:

- Empape los vendajes al igual que con el primero, y reemplácelos con nuevos hasta que no aparezca más sangre ni linfa en el vendaje usado.
- Use una cantidad generosa de vaselina en el glande, las vendas y el tronco del pene. Esto evitará que el material se pegue a la herida, o al frenillo del glande.
- Use un pequeño trozo de gasa recubierto en vaselina para proteger la zona del frenillo mientras cicatriza.
- Utilice antiséptico seco (en polvo) sobre el pene para ayudar a protegerse contra la infección, si su doctor le ha dado algo.
- Use cinta quirúrgica apropiada al pegar las vendas de gasa. El vendaje y la cinta deben estar firmes pero no apretados. Se sugiere dejar un poco de margen para movimiento.
- Utilice un poco de algodón recubierto de vaselina para colocarlo dentro de su ropa interior, sobre la punta expuesta del glande que no ha sido cubierto por el vendaje. Esto evitará el dolor del glande pegándose a la ropa interior.

Posteriormente usted debe cambiar sus vendajes cada 24 a 48 horas. No se preocupe por pequeñas cantidades de orina que puedan salpicar las vendas, pero si se humedecen mucho se deben cambiar lo antes posible. El uso de vaselina no causará ninguna infección.

## Lavado y baño

Es muy importante mantener su pene limpio mientras su circuncisión se esté curando. Durante el tiempo que el vendaje inicial permanezca puesto, usted debe tratar de abstenerse de baños y duchas. En su lugar límpiense usted mismo utilizando una toalla mojada y evite mojar el vendaje. La herida de la circuncisión debe estar sellada para el agua en 48 horas.

Después de cambiar el vendaje inicial usted aun debe evitar tomar un baño, ya que se arriesga a escurrir la suciedad y las bacterias hacia la herida. De preferencia tome una ducha, colocando una mano sobre su pene y teniendo cuidado con la fuerza del chorro de agua sobre la herida. Su mano amortiguará la fuerza del agua al mismo tiempo que permite que el pene se moje. Al cambiar el vendaje, dúchese primero para quitar la suciedad de su cuerpo y luego empape el vendaje con agua fresca en el baño para quitarlo como se ha descrito anteriormente.

Tenga en cuenta que al contrario de lo que aparece en forma desinformada en Internet, el agua no afloja ni disuelve los puntos de sutura quirúrgicos. Estos se disuelven solamente por las enzimas dentro de su cuerpo.

En algunos casos se pudo haber aplicado pegamento quirúrgico en lugar de puntos, en cuyo caso no se requiere ninguna acción adicional. ¡No trate de sacar el pegamento, incluso si parece suelto!

En la medida que los puntos cierran la herida en el tronco y el frenillo, es muy probable que estén cubiertos en sangre durante el primer cambio de vendaje. Por lo tanto se recomienda que siga el procedimiento de abajo cuando se cambia el vendaje. Nunca tire de los puntos ya que esto puede hacer que se deshagan. En su lugar, lave las áreas con un poco de agua y dé toques ligeros con palitos de algodón.

### **Vendajes**

Algunos médicos vendan sólo el área inmediata al corte, pero la mayoría aplicarán un vendaje en todo el tronco del pene. Este vendaje será normalmente de un tipo especial de compresión o bien se enrollará en forma apretada alrededor del pene. Esto sirve para dos propósitos: para proteger la herida y para contener y reducir la hinchazón.

La eliminación del vendaje inicial es una decisión de compromiso entre el mantener la compresión por el mayor tiempo posible para reducir la hinchazón más rápido, y el cambio de vendaje en la herida antes de que se adhiera demasiado a la piel en curación. Si se deja por mucho tiempo la posibilidad de infección aumentará significativamente.

Si el médico no le ha especificado algo diferente, generalmente el mejor momento de compromiso es considerado como dos días después de la operación. Antes de quitar el vendaje y antes de volver a vendar la herida, debe asegurarse de lavar sus manos cuidadosamente y que el entorno inmediato esté limpio. Todos los vendajes que se utilicen deben ser nuevos y estériles. Probablemente el vendaje inicial estará bien húmedo con sangre (en particular, las capas interiores) y tendrá que ser previamente empapado en el baño para evitar que se rompa la herida en proceso de cicatrización.

Ponga suficiente agua tibia en una bañera sólo para cubrir la ingle completamente. Disuelva 25g de sales de Epsom (o sal común) para promover la curación. No añada ningún tipo de solución antiséptica. Limpie un par de tijeras pequeñas sumergiéndolas en una solución antiséptica, seguido de un enjuague con agua limpia (que en realidad no van a tocar la herida, por lo que no tienen que estar absolutamente asépticas). Utilice las tijeras para cortar el vendaje en trozos manejables mientras lo desenrolla (es una buena idea tener una pequeña bolsa de plástico disponible para eliminar el vendaje usado). Lentamente desenrolle el vendaje, deteniéndose cada vez que usted comience a tener que usar la fuerza para soltarlo. Deje que el agua empape la sangre coagulada y continúe. Asegúrese de quitar todo el vendaje, incluidos los hilos sueltos de gasa que de otro modo podrían incrustarse en la herida (un par de pinzas romas limpias pueden ser útiles aquí).

Una vez que se retira el vendaje, elimine el agua ensangrentada y reemplácela con más agua tibia y sal. Deje el pene expuesto al remojo durante unos minutos (no

### **¡Se ve horrible! ¿Qué he hecho?**

Inmediatamente después de la circuncisión su pene se verá y se sentirá muy desagradable. Se verá golpeado, ensangrentado e hinchado y se sentirá extraño, adolorido e incómodo. Este puede ser un momento difícil incluso para las personas que están encantadas y seguras con su decisión de circuncidarse, y pueden sentirse abrumados por la apariencia y la sensibilidad de su pene.

La ansiedad y el arrepentimiento son reacciones comunes a experimentar en el período inmediatamente posterior a la circuncisión y esto es completamente natural. Es importante recordar tres cosas después de haber sido circuncidado: en primer lugar, que su pene necesitará tiempo para sanar; en segundo lugar, que cada día que pasa se obtiene una mejoría; y en tercer lugar, que por lo general no hay nada de qué preocuparse ya que las complicaciones importantes son raras.

### **Curación y cómo promoverla**

El tiempo que una persona tarda en sanar de la circuncisión varía de persona a persona. Factores como la edad, la salud general, el estilo de vida, el método utilizado y el estilo de circuncisión pueden afectar el tiempo que una persona tarda en sanar. También es posible que las personas con problemas previos en su pene tales como fimosis, o condiciones médicas como la diabetes, también pueden requerir un período de curación más largo.

La curación inicial tarda generalmente alrededor de 2 a 3 semanas, después de las cuales la parte más difícil e importante de la curación ha terminado. Se necesita usualmente 6-8 semanas para la curación en general. Sin embargo, puede tomar hasta 6 meses para que el pene de una persona vuelva a su aspecto normal. Si el frenillo ha sido eliminado durante la circuncisión, por lo general es el último lugar en curarse. Comúnmente se cura por completo después de una semana en relación a la herida principal.

No aplique ningún líquido antiséptico a su pene, ni añada ningún antiséptico al agua de baño a menos que esté prescrito por su doctor. Aunque ayudan a eliminar los gérmenes, la mayoría son corrosivos para la piel nueva y frenan la curación. En el extraño caso que se desarrolle una infección consulte a un médico lo antes posible.

Puede ser beneficioso y muy relajante remojar la herida durante 10 a 15 minutos un par de veces al día en una taza de agua hervida enfriada a la que se ha añadido unos 8g de sales de Epsom (o sal de cocina si las sales de Epsom no se encuentran disponibles). Esto promueve la curación y reduce el riesgo de infección.

Por favor notar que usted puede sufrir algo de picor por el efecto de la sal. Esto es normal, y es una señal de todo esta bien.

### **Hinchazón**

Después de la circuncisión es de esperar que haya hinchazón. La cantidad de hinchazón y el tiempo que puede durar puede variar de persona a persona. A algunos

se les infla todo el pene mientras que para otros la inflamación puede ser localizada, por lo general, como un anillo de goma (flotador) alrededor de la base del glande. De cualquier manera, esto es completamente normal. Mientras más prepucio interior se haya dejado mayor será la hinchazón. Si la inflamación no causa ningún dolor ni obstrucción al orinar, por lo general no hay nada de qué preocuparse.

La inflamación se reducirá significativamente una vez que los puntos se hayan soltado.

Para aliviar la hinchazón se recomienda levantar el pene hacia el cielo y mantenerlo en posición vertical el mayor tiempo posible, lo que permitirá el drenaje del líquido linfático que causa la inflamación. El uso de ropa interior apretada puede ayudar a lograr esto. Algunos han sugerido usar suspensorios, calzoncillos ajustados o pantalones cortos deportivos de compresión para ayudar a mantener el pene apuntando hacia arriba. También hay calzoncillos Kingstyle de fabricación china con un bolsillo especial para guardar el pene apuntando hacia arriba. Sin embargo algunas personas los pueden encontrar incómodos y si es así, sería mejor evitarlos. La inflamación inicial del post-operatorio se reducirá en 4 a 6 semanas, pero el pene todavía puede verse un poco hinchado por hasta 6 meses.

### **Descamación del glande**

Aunque no todo el mundo lo vaya a experimentar, no es raro que el glande se pele de forma similar a las quemaduras solares) como parte del ajuste a la exposición permanente. No hay nada de qué preocuparse, y un poco de crema hidratante puede ser aplicada en este momento.

### **El dolor y el malestar**

Todo el mundo reacciona de manera diferente frente al dolor. Para la mayoría de la gente la circuncisión no será realmente dolorosa, aunque son de esperar algunas molestias importantes durante los primeros días de la curación.

Aquí hay algunas cosas que usted puede hacer que le ayudarán a aliviar su malestar:

- Use ropa interior estilo slip o sunga, cómodamente ajustada para mantener el pene inmóvil y bien apoyado.
- Use pantalones deportivos sueltos, pantalones de pijama o pantalones cortos para que pueda moverse con más facilidad.
- Use vaselina en gel en el glande para evitar que se pegue a su ropa interior.
- Envuelva su pene con gasa estéril, o un vendaje nuevo.

Cosas que usted debe evitar ya que le harán sentir incómodo:

- Usar calzoncillos tipo boxer que no dan apoyo al pene ni lo mantienen inmóvil.
- El uso de jeans o pantalones ajustados que tienen materiales duros y ásperos que restringen el movimiento.

- Mantener el glande al descubierto, ya que el contacto con la ropa interior puede ser muy doloroso.
- Moverse demasiado, ya que mientras más se mueva tendrá más probabilidades de irritar la zona.

### **Alivio del dolor**

Su médico le puede dar o prescribir un analgésico fuerte como alguno basado en la codeína. Si desea combinarlo con otros analgésicos, verifíquelo con él primero ya que algunos no deben ser utilizados en conjunto.

Es una buena idea tomar una dosis de analgésicos inmediatamente antes de la operación con el fin de prevenir cualquier dolor durante el viaje a casa a medida que el anestésico local desaparece.

Si no se le ha recetado nada más fuerte, puede tomar Acetaminofeno (Paracetamol) e Ibuprofeno. Si se usan juntos, la mejor alternativa es tomarlos alternadamente. Tenga cuidado de seguir las instrucciones con precisión. No tome más de la dosis máxima recomendada de cada uno.

Vale la pena señalar que muchas personas no toman una dosis suficiente de Acetaminofén cada vez, el de Extra Intensidad funciona bien cada 4 a 6 horas. El Ibuprofeno de venta libre no es muy fuerte, y podría ser aconsejable tomar 400 mg cada 8 horas en lugar de esperar a que se produzca el dolor antes de tomarlo nuevamente.

No tome productos a base de Aspirina (Ácido Acetilsalicílico) ya que estos diluyen la sangre y tienen una acción anti-coagulante que puede aumentar el sangrado de una herida. Son preferibles los productos basados en Paracetamol o Ibuprofeno, ya que también tienen una acción anti-inflamatoria.

### **Los puntos (suturas)**

Los puntos ("suturas" en jerga médica) deben permanecer en su lugar el tiempo suficiente para que los bordes cortados se unan, pero no tan largo como para permitir que la piel alrededor de ellos sane completamente. En la práctica, esto por lo general significa que deben permanecer entre 12 y 14 días puestos. Los puntos de sutura no-absorbibles deben eliminarse en este momento.

Si Ud. tiene puntos absorbibles, estos se pueden dejar a que se suelten y desaparezcan solos, pero lo mejor es eliminarlos manualmente ya que de lo contrario la cicatriz puede quedar con la apariencia de una "vía de tren" o con pequeños agujeros como piercings, usualmente referidos como "túneles de puntadas". Tenga en cuenta que las suturas no se disuelven con el agua, sino sólo por las enzimas en la linfa que el cuerpo lleva a la zona de la herida.