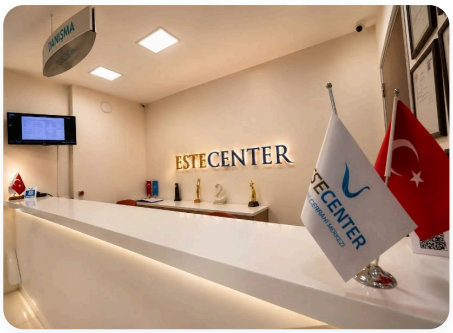
VIAJAR ACOMPAÑADO

Guía para el Acompañante

Para la pareja, el familiar o el amigo que viene: qué esperar cada día, cómo ayudar sin agobiar y qué hacer con el tiempo libre



En un injerto capilar, el acompañante es un apoyo más que una necesidad. En una cirugía con anestesia general lo recomendamos, y en algunas operaciones lo pedimos.

SEGÚN EL TRATAMIENTO

TRATAMIENTO	ACOMPAÑANTE	POR QUÉ
Injerto capilar, PRP	Opcional	Anestesia local; el paciente sale por su pie y se maneja solo
Rinoplastia	Recomendado	Una noche en el hospital y una semana de inflamación y apósitos
Cirugía de pecho o corporal	Muy recomendado	Cargar y estirarse están limitados; la ayuda en el hotel es muy útil
Procedimientos combinados	Se solicita	Recuperación más intensa; planificamos contando con alguien presente

DOS VIAJEROS, UN PLAN



El papel del acompañante es práctico: llevar, traer, recordar y darse cuenta.

QUÉ CAMBIA REALMENTE UN ACOMPAÑANTE

- ✓ **Alguien recuerda.** Las indicaciones dadas tras la anestesia suelen olvidarse; usted también las habrá oído.
- ✓ **Alguien carga.** Bolsas, agua, la farmacia: cosas pequeñas que se hacen grandes cuando no se puede agachar.
- ✓ **Alguien se da cuenta.** Un cambio de color, temperatura o ánimo que el paciente quizá no perciba.
- ✓ **Alguien hace compañía.** La habitación del hotel es silenciosa la segunda noche.

Los paquetes suelen incluir al acompañante en la habitación del hotel sin coste adicional, y también en los traslados. Pregunte a su coordinador qué se aplica a su plan.

Pregunte a su coordinador si conviene un acompañante en este plan concreto.

El viaje desde su lado

Sus días tienen una forma distinta a los del paciente. Esto es lo que suele suponer cada uno para usted.

UNA ESTANCIA TÍPICA

LLEGADA	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍAS 4–5	SALIDA
Traslado y hotel	**Consulta**	**Intervención**	**Primer control**	**Días tranquilos**	**Control final, vuelo**
Les reciben en el aeropuerto y entran juntos al hotel. Acostarse pronto ayuda a ambos.	Puede estar en la sala. Tome notas; el paciente escuchará de otra manera.	Una espera larga para usted. Pregunte cuándo habrá noticias y dónde estar.	Curas o primer lavado. Aprenda la rutina; quizá ayude con ella.	Paseos cortos, comidas, descanso. Ahora es cuando más importa su ayuda.	Se recogen los documentos; usted se ocupa del equipaje.

EL DÍA DE LA INTERVENCIÓN

- Pregunte al coordinador cuánto dura más o menos la intervención y cuándo le avisarán de que ha terminado
- Puede esperar en la clínica o volver al hotel; el equipo le llamará en ambos casos
- Tenga preparados ropa holgada, agua y el cargador del paciente para la vuelta
- El cirujano o el coordinador le informará después; anótelo

LA PRIMERA NOCHE TRAS LA CIRUGÍA

- ✓ **Postura al dormir.** Quizá tenga que ayudar a colocar las almohadas para dormir boca arriba e incorporado.
- ✓ **Horario de la medicación.** Respételo; ponga alarmas en su móvil, no en el del paciente.
- ✓ **Agua y comidas ligeras.** Poco y a menudo; el apetito vuelve despacio.
- ✓ **Esté localizable.** Mantenga el móvil encendido y tenga el número de urgencias de la clínica.

Guarde en su propio móvil el número de urgencias de la clínica antes del día de la intervención.

Cómo ayudar y qué vigilar

El acompañante más útil es tranquilo, práctico y observador. No es usted enfermero; es quien se da cuenta y hace la llamada.

LO QUE AYUDA Y LO QUE MENOS

Ayuda

Apoyo discreto y práctico.

- ✓ Ocuparse de bolsas, puertas, farmacia y comidas
- ✓ Ayudar con la rutina de lavado si se lo piden
- ✓ Llevar el control de la medicación
- ✓ Animar a dar paseos cortos; frenar las proezas
- ✓ Hacer las fotos de evolución que pida la clínica

Ayuda menos

Con buena intención, pero añade tensión.

- ✓ Opinar sobre el aspecto al segundo o tercer día
- ✓ Comparar con resultados vistos en internet
- ✓ Insistir en hacer turismo antes de tiempo
- ✓ Buscar síntomas de madrugada
- ✓ Tratar cada molestia como una urgencia, o ninguna

NORMAL TRAS LA CIRUGÍA

- ✓ Inflamación y hematomas que alcanzan su pico hacia el segundo o tercer día
- ✓ Cansancio, ánimo bajo y poco apetito unos días
- ✓ Leve manchado de los apósitos el primer día
- ✓ Insensibilidad en la zona tratada y alrededor

LLAME AL EQUIPO SI HAY

- ⚠ Fiebre, escalofríos o malestar general
- ⚠ Un lado que de pronto se hincha más que el otro o se pone tenso
- ⚠ Sangrado que empapa el apósito y no cede al presionar
- ⚠ Dolor que aumenta en vez de aliviarse, falta de aire o dolor en la pantorrilla

Ante la duda, llame

El equipo prefiere mil veces responder a una pregunta que resulta no ser nada que enterarse de un problema a la mañana siguiente. El número funciona día y noche durante su estancia.

Tenga esta página a mano los tres primeros días.

PÁGINA 4 DE 4

Su tiempo en Estambul

Habrá horas en que el paciente descansa y usted está libre. Şişli está entre Nişantaşı, Taksim y el Bósforo; casi todo lo que sigue queda a un paseo corto o a diez minutos en taxi.

CERCA DE LA CLÍNICA

Nişantaşı
Cafés, tiendas y calles tranquilas, a quince minutos a pie.

Centros comerciales
Varios a un trayecto corto en taxi; útiles para farmacia, comida y cambiar de aires.

El Bósforo
El paseo marítimo de Ortaköy y Bebek, a veinte minutos en taxi. Ideal para caminar despacio.

La ciudad antigua
Sultanahmet ocupa media jornada; resérvelo para cuando el paciente pueda ir, o vaya mientras duerme.

CONVIENE SABER

- [ ] Hay muchos taxis; las apps de transporte funcionan y muestran la tarifa
- [ ] Se aceptan tarjetas casi en todas partes; lleve algunas liras para tiendas pequeñas
- [ ] Las farmacias (eczane) se señalan con una E roja; muchas cerca de la clínica hablan inglés
- [ ] El agua del grifo sirve para lavarse; para beber se usa embotellada
- [ ] Los aeropuertos están lejos del centro: calcule dos horas el día de salida

LA VUELTA A CASA JUNTOS

- ✓ **El equipaje es cosa suya.** Las limitaciones para cargar peso siguen vigentes en el aeropuerto.
- ✓ **Pregunte por los asientos.** Pasillo y espacio para estirarse ayudan tras una cirugía corporal.
- ✓ **Lleve los documentos.** Informe de alta, lista de medicación y contacto de la clínica, en cabina.
- ✓ **Planifique los primeros días.** Comida en la nevera, revisiones en el calendario y la línea de WhatsApp guardada.

SU SIGUIENTE PASO

Hable con nosotros antes de decidir nada

Consulta gratuita
Una conversación con un coordinador, sin ningún compromiso.

Envíe sus fotografías
Nuestro equipo médico las revisa y responde con una valoración.

Escríbanos por WhatsApp
Respondemos en su idioma, normalmente el mismo día.

✓ Consulta gratuita · Evaluación médica gratuita

ESCRÍBANOS POR WHATSAPP

LEER EN LÍNEA

¿POR QUÉ ESTECENTER?

- ✓ Equipos médicos con experiencia
- ✓ Planificación de tratamiento personalizada
- ✓ Apoyo a pacientes internacionales
- ✓ Acompañamiento de principio a fin

estecenter.com/es

Esta guía tiene carácter informativo.
La idoneidad del tratamiento se determina tras una evaluación médica.