



**RECOMENDACIONES DE ENFERMERÍA A PACIENTES  
DESPUÉS DE TVT – TOT**

RECOMENDACIONES

- Vida tranquila durante mes y medio aproximadamente.
- Reposo relativo durante 10- 15 días, con paseos cortos que irán aumentando progresivamente.
- No coger peso ni hacer esfuerzos físicos durante mes y medio
- Dieta rica en fibra para evitar el estreñimiento.

OBSERVACIONES

- No mantener relaciones sexuales durante aproximadamente mes y medio.
- Puede aparecer un sangrado ligero que irá disminuyendo progresivamente. Si dura más de mes y medio, consultar con su ginecólogo. Si es igual o mayor que una regla, acudir al servicio de urgencias

HIGIENE

- Higiene tipo ducha.
- No sumergirse en baños, ni hacer baños de asiento (en bidé) durante aproximadamente mes y medio.

ESTA HOJA ES ORIENTATIVA. SI SURGEN DUDAS CON RESPECTO A SU INTERVENCIÓN, CONSULTE CON SU GINECÓLOGO