



LIPOESCULTURA LIPOASPIRAÇÃO

Orientações Pós-Operatório

Leia atentamente as orientações pós-operatórias antes da sua cirurgia plástica, para que você possa tirar quaisquer dúvidas que existam. Lembre-se que as orientações são para que você consiga atingir o melhor resultado que a cirurgia plástica pode lhe oferecer. O segredo do sucesso da cirurgia plástica depende tanto de um pós-operatório bem-feito como das outras fases. Faça a sua Parte!

1. Após a alta hospitalar, **MANTENHA OS CURATIVOS** que foram realizados, até o primeiro banho. Neste momento retire os curativos e lave bem a região com água e sabonete. Você pode aplicar gel ou pomada de **ARNICA** nas áreas arroxeadas ou **HIRUDOID 500 pomada**.

2. O primeiro **BANHO** deve ser tomado apenas 24hs após o término de sua cirurgia. Não retire a cinta antes de 24hs. Você deve tomar **BANHO SENTADA NO CHUVEIRO OU SOB SUPERVISÃO**, porque pode ocorrer tontura e até desmaio, se isso ocorrer deite-se com as pernas mais elevadas que o corpo.

3. Mantenha a **CINTA** pós-operatória durante 24hs, durante o primeiro mês, retirando-a somente para tomar banho. Após o primeiro mês, seu uso será liberado para dormir durante mais um mês.

4. **CASO NOTE MACHUCADOS** (como queimaduras) na região da cintura e/ou costas, ocasionados pelo contato da cinta compressiva, entre em contato imediatamente com a enfermeira Zoraide Saibro.

5. O CUIDADO PÓS-OPERATÓRIO começa ao redor do terceiro dia e inclui a colocação de TAPPING e DRENAGEM LINFÁTICA, realizadas pela enfermeira Zoraide Saibro e supervisionada pela Dra. Ana Lúcia Lemos, devem ser realizadas no mínimo 10 sessões, duas a três vezes por semana. A drenagem linfática é fundamental para alcançarmos o melhor resultado.

6. Não se esqueça: o resultado da lipoaspiração não é imediato! Você estará muito inchada e com muitos hematomas no pós-operatório. Fique tranquila, pois isso é normal!

7. Você pode se DEITAR em qualquer posição. Escolha aquela que lhe seja mais confortável.

8. Você NÃO DEVE FICAR EM REPOUSO ABSOLUTO, para prevenção de trombose dos vasos das pernas. Force-se a levantar após a cirurgia e **CAMINHE UM POUCO (PELA SUA CASA) EM INTERVALOS REGULARES, NO MÍNIMO A CADA HORA.**

9. ALIMENTAÇÃO normal (cuidado para não ganhar peso). Prefira alimentos ricos em ferro nos primeiros quinze dias (couve, brócolis, beterraba, feijão e carne), evite alimentos que podem provocar excesso de gases (doces, refrigerantes etc.), se necessitar pode tomar LUFTAL (DIMETICONA) 30 gotas a cada 8hs.

10. HIDRATAÇÃO é muito importante para prevenir complicações, **BEBA NO MÍNIMO 2 LITROS DE ÁGUA POR DIA** e abuse dos sucos.

11. ATIVIDADES FÍSICAS: após a primeira semana estão liberadas as caminhadas. Após trinta dias, liberados **TODOS** os exercícios.

12. DIRIJA somente após sete dias.

13. RELAÇÕES SEXUAIS são permitidas após vinte e um dias.

13 99790.2280

13 3271.7065 | 13 3231.5184

Av. Almirante Cochrane, 137 | Embaré | Santos