

# Orientações pós operatórias

## CUIDADOS PÓS-PROCEDIMENTO

- Afastamento de atividades físicas (exercícios físicos, caminhadas e academia) por 15 dias;
- Não se expor ao sol por 30 dias;
- A alimentação deve ser nas primeiras 48 horas gelada, morna e pastosa, evite alimentos quentes, pode favorecer o edema;
- Tenha uma alimentação rica em nutrientes para suprir as necessidades do seu organismo durante a recuperação, para manter o resultado é necessário que haja hábitos saudáveis de alimentação após o procedimento;
- Evite ganho de peso;
- Hidrate-se bastante, mínimo 2 litros ao dia;
- Bebidas , cigarros, drogas no geral NÃO pode haver uso por no mínimo 07 dias antes e 07 dias após;
- Acompanhamento pós-operatório com Fisioterapeuta especializada em pós cirúrgico e preferencialmente indicado por nossa equipe, para reabilitação dos tecidos da região operada, essa etapa é muito importante para sucesso do resultado;
- Retirada do ponto de sutura entre 7 a 15 dias; (pode ser realizado conosco ou com a fisioterapeuta);
- Retorno para acompanhamento após 20 a 30 dias, demais retornos conforme necessidade, é de sua responsabilidade o agendamento com nossa equipe;
- Importante salientar, que o acompanhamento é importante para sucesso do resultado, para sua segurança e para obter as garantias de retoques caso haja necessidade;

## O TAPE INTRA E O PÓS-OPERATÓRIO COM A FISIOTERAPIA

Imediatamente após o procedimento, será realizada a bandagem contensiva funcional com tapes intra-operatórios. Logo após, encaminharemos às sessões de reabilitação dos tecidos. Recomendamos fortemente que as sessões de pós sejam feitas por fisioterapeuta experiente em pós-operatório. Não estipulamos número de sessões, essa será de acordo com sua necessidade mas em média serão 05 a 15 sessões.

Recomendamos que haja espaço entre as sessões. Não indicamos o uso de aparelhos como ultrassom neste momento. É muito comum que apareçam fibroses na segunda semana após a Lipo.

Nesse momento será importante o acompanhamento com fisioterapia para o bom manejo dos tecidos visando a eliminação das fibroses. Na grande maioria dos casos, a paciente fica livre das fibroses entre 60 e 90 dias de pós-operatório.

Esse é o período em que a paciente deverá ser assistida pela fisioterapia e de acordo com cada necessidade. As sessões deverão começar a partir do 3º dia após a cirurgia. Realize o pós operatório preferencialmente com nossa equipe fisioterapêutica, pois são profissionais habilitados a potencializar o resultado. Caso não seja possível, recomendamos fortemente que faça uma primeira consulta que pode ser até mesmo de forma online para devidas orientações e acompanhamento com um de nossos profissionais indicados. O valor de investimento desta etapa NÃO está incluso no nosso tratamento.

#### USO DA FAIXA DE COMPRESSÃO

O uso se faz obrigatório para obtermos um bom resultado final. O paciente deverá usar a faixa de compressão e tala de papada o máximo de tempo que conseguir, no mínimo 15 dias, quanto maior o uso melhor tende a ser o resultado final e após manter o uso por mais 15 dias sendo estes por 12 horas mínimas diárias, totalizando 30 a 40 dias de uso. Pacientes submetidos a retirada de pele devem estender o uso por 40 dias. A faixa é a único item que auxiliará a sua pele a colar da melhor forma, evitando irregularidades. A fisioterapeuta regula o uso da faixa, conforme entendimento.

#### IMPORTANTE

Faz parte do procedimento hematomas, edema (inchaço), dor leve a moderada, irregularidades de contorno durante o processo de cicatrização completa dos tecidos, fibroses, parestesia ( boca torta, sensação de dormência a regi temporária após o procedimento

No dia seguinte nossa equipe entrará em contato para saber como você está;  
Caso tenha qualquer tipo de dúvida entre em contato.

Desejamos a você um excelente pós-operatório, bom repouso, e siga as orientações para potencializar o sucesso do seu resultado!

#### CONTATOS IMPORTANTES:

#### **Informações, dúvidas, agendamento e plantão de whatsapp**

Nome - (XX) XXXXXXXX - SEG a SEX de 9:00 as 18:00 SÁB 9:00 as 12:00

#### **Em casos de extrema URGÊNCIA APENAS LIGAÇÃO**

Dra. XXXXXX - (XX) XXXXXXXX

(não respondemos whatsapp e dúvidas neste contato)