



# 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**