



# LIFTING FACIAL RITIDOPLASTIA

## 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 retorno. **EVITE FALAR EM EXCESSO E MASTIGAR ALIMENTOS DUROS**, prefira alimentação pastosa e fria.
2. O curativo em capacete é retirado no dia seguinte e você vai utilizar uma **FAIXA COMPRESSIVA** na alta hospitalar, a qual deve ocluir (tapar-cobrir) a região do pescoço e será utilizada continuamente por quinze dias e depois somente por 12hs por mais sete dias.
3. Você pode tomar banho normalmente, e lavar os cabelos de preferência a partir do terceiro dia, com xampu infantil, **EVITE O SECADOR DE CABELOS** ou use no modo frio. Você poderá pintar os cabelos após trinta dias.
4. O **CUIDADO PÓS-OPERATÓRIO COMEÇA AO REDOR DO TERCEIRO DIA** e inclui a colocação do **TAPPING** e a **DRENAGEM LINFÁTICA**, realizada pela enfermeira Zoraide Saibro e supervisionada pela Dra. Ana Lúcia Lemos, devem ser no mínimo cinco sessões, duas vezes na semana.
5. Mantenha a **CABECEIRA** elevada ao deitar-se. Mesmo assim você acordará com os olhos inchados, devido ao grande período deitado a noite.

6. Durante os primeiros sete dias, evite **TRABALHAR**, mesmo em casa. Evite o contato com lugares quentes e esforços.
7. Proteja as regiões com hematomas ao sair na rua, durante o dia. O uso de **FILTRO PROTETOR SOLAR** é altamente recomendável. Escolha um protetor específico para a face. Aplique pela manhã e repita no almoço, especialmente nas áreas arroxeadas.
8. Você deve **CAMINHAR EM CASA REGULARMENTE, NO MÍNIMO A CADA HORA**, mexer as pernas mesmo quando repouso é muito importante para prevenção de trombose das veias das pernas.
9. **ATIVIDADES FÍSICAS**: após a primeira semana estão liberadas as caminhadas, e todos os exercícios estão liberados após trinta dias.
10. **DIRIJA** somente após retirar os pontos, ao redor de quinze dias.
11. **DURMA** de barriga para cima nos primeiros vinte dias, depois está liberada para dormir de lado.
12. **ALIMENTAÇÃO** normal.
13. As **RELAÇÕES SEXUAIS** estão liberadas após quinze dias com o devido cuidado.
14. **HIDRATAÇÃO** é muito importante para prevenir complicações como trombose e prisão de ventre, **BEBA NO MÍNIMO 2 LITROS DE ÁGUA POR DIA** e abuse dos sucos.

**13 99790.2280**

**13 3271.7065 | 13 3231.5184**

**Av. Almirante Cochrane, 137 | Embaré | Santos**