



CLÍNICA  
DA FACE

Advanced Services Partner



# Recomendações Pré e Pós-Operatórias

A forma mais eficaz de atenuar ou eliminar a ansiedade dos doentes que vão ser sujeitos a cirurgia é prestar-lhes uma detalhada informação, acerca dos cuidados que são recomendáveis ter, antes e depois da operação.

Como a quantidade de informação envolvida não é passível de ser memorizada quando transmitida de forma verbal, entendemos, por motivos de segurança, que é útil e mais eficaz transmiti-la na forma impressa.

A existência deste meio não exclui a necessidade de uma ampla troca de informação, durante as consultas prévias, sobre o diagnóstico, a terapêutica cirúrgica e o tipo de anestesia que vai ser utilizada.

No site [www.clinicadaface.com](http://www.clinicadaface.com) encontrará a versão electrónica deste impresso e outras informações que lhe poderão ser úteis.

Paciente:

Operação:

Data:     /     /     .     Hora:     :



> L I S B O A  
R. Tomás da Fonseca  
Torres de Lisboa  
Torre F, 1.º Piso  
1600-209 Lisboa

Tel. 21 721 09 00  
Fax 21 721 09 03

> O E I R A S  
Rua da Figueirinha, 22, r/c Esq.  
2780-014 Oeiras

Tel. 21 442 40 65  
Fax 21 446 08 34

P O R T U G A L

[clinica@clinicadaface.com](mailto:clinica@clinicadaface.com)



CLÍNICA  
DA FACE

## Recomendações gerais pré-operatórias

- Para intervenções sob **anestesia geral** ou **sedação** faça uma refeição ligeira na véspera. Não coma alimentos de difícil digestão (fibras e vegetais).
- Não coma nem beba nada após a meia-noite se vai ser operado na manhã seguinte. O seu jejum deve ser, no mínimo, de 8 horas.
- Se está a tomar medicação inadiável e imprescindível ingira-a só com um gole de água, mas dê-nos conhecimento prévio.
- Não se constipe nas vésperas da operação. Se tiver tosse, febre ou outros transtornos, contacte a Clínica.
- Não tome produtos que possam alterar a coagulação nas duas semanas anteriores à intervenção:
  - aspirina ou similares
  - vitamina E
  - ginko biloba, ginseng e óleo de salmão
- Não consuma álcool.
- Não fume nas 24 horas que antecedem a intervenção. O tabaco compromete a cicatrização.
- Leve para a Clínica roupas largas e fáceis de vestir.
- Na manhã da cirurgia tome o seu banho completo. Lave bem o cabelo e a face. Não aplique cosméticos.
- Antes da intervenção retire os óculos, próteses dentárias e objectos de adorno. Urine antes de ser enviado para a sala de operações.
- Não esqueça a documentação clínica em seu poder:
  - Informações de outros médicos
  - Medicação que toma actualmente
  - Radiografias
  - Análises e Electrocardiograma
  - TAC, Ressonâncias Magnéticas, Ecografias, etc.

## Intervenções sob anestesia local

- pode ingerir uma refeição ligeira até duas horas antes da cirurgia.
- Deverá fazer-se acompanhar por um familiar ou amigo.

## Intervenções por via oral

- Não deixe de fazer a sua higiene oral. Escove os dentes com cuidado.
- Inicie os bochechos com clorexidina de manhã e à noite, pelo menos 2 dias antes da intervenção.
- Não esqueça a escova de dentes. Faça uma escovagem cuidada antes de entrar para a cirurgia.

## Recomendações gerais pós-operatórias

- Não espere a dor para tomar o analgésico. Tome-o imediatamente, ainda sob o efeito da anestesia local. Não tome aspirina ou similares.
- Se a cirurgia decorreu sob sedação, não deverá conduzir durante 12 horas.
- Aplique uma bolsa de gelo sobre a pele da zona operada, logo que possível e durante 48 horas.
- As aplicações serão de ½ hora, com intervalos de ½ hora. Proteja a pele envolvendo a bolsa num tecido fino.
- Não fume até à alta cirúrgica. Não consuma álcool.
- Controle a temperatura. Pode ter febre nos primeiros dias. Se necessário, tome um antipirético (paracetamol). Afaste-se de fontes de calor.
- Ao deitar, mantenha a cabeceira elevada com duas almofadas durante duas semanas.
- Não pratique exercício físico durante 1 semana.
- É comum que alguns pacientes possam sentir-se deprimidos nos dias a seguir a grandes cirurgias. Não se preocupe. Comunique-nos.
- Tome banho de duche rápido, com água tépida. Nunca se feche na casa-de-banho. Pode sentir tonturas ou sensação de desmaio eminente. Neste caso, deite-se e eleve as pernas.
- Em certos doentes a face pode inchar bastante. Previna-se usando gelo, cabeça elevada e a medicação indicada.
- Se após o 3º dia não sentir melhoras consideráveis, contacte a Clínica.
- Se foi sujeito a anestesia geral, deverá ter auxílio na alta da Clínica e companhia em casa durante 48 horas.

## Intervenções por via oral

- Dieta líquida fria ou gelada 48 horas. Mantenha a boca sem resíduos.
- Pode ingerir água, batidos, gelados, sumos, leite, iogurtes, papas raladas, chá, pudim, gelatina e purés.
- Não deve ingerir líquidos ácidos, bebidas gasificadas, alimentos duros e granulados.
- Nos dias seguintes ingira alimentos pastosos, retomando progressivamente a alimentação normal.
- Lave a boca, mas não faça bochechos. Poderá remover os coágulos intra-alveolares e alterar a cicatrização normal.
- Não deixe de fazer a sua higiene oral. Escove com cuidado e use o elixir desinfectante (sem bochechar!!!).
- É possível que ocorra um sangramento moderado. Aplique uma compressa seca, compressiva, durante ½ hora.

## Situações específicas

### RINOPLASTIA

- Pode lavar a cabeça e a face no dia da alta. Durante a 1ª semana não molhe a zona operada.
- Aplique gelo nas pálpebras e rosto nas primeiras 24 horas. Não aplique no nariz.
- Após a cirurgia, não use lentes de contacto durante 2 dias e óculos durante 4 semanas.
- Pode limpar as narinas mas não se assoe. Evite espirrar. Se necessário, faça-o com a boca aberta para não aumentar a pressão intranasal.
- Exercícios físicos moderados só 1 semana depois de remover a tala.

### LIFTING

- Se normalmente pinta o cabelo, é preferível fazê-lo antes da intervenção, para não correr o risco de tatuar as cicatrizes.
- Pode lavar a cabeça no 2º dia após a alta.
- Aplique gelo nas pálpebras e no rosto nas primeiras 24 horas.
- Após a cirurgia, não use lentes de contacto durante 2 dias.
- Proteja-se da claridade e do vento usando óculos escuros. Nas senhoras, um lenço nos cabelos poderá deixá-la mais à vontade.
- Não se exponha ao sol durante 2 semanas.
- Exercícios físicos moderados só 1 semana depois de remover os pontos de sutura.
- Mantenha as feridas operatórias limpas. Pode usar água oxigenada para a limpeza.

notas

Qualquer dúvida deve ser comunicada ao cirurgião