

## Mamoplastia de aumento

### Orientações pré-operatórias

Antes da operação você deve suspender o uso hormônios femininos, medicamentos para emagrecer, AAS, anti-inflamatórios e tabaco. O uso de qualquer medicamento natural, fórmula ou medicamento homeopático deve ser informado à nossa equipe.

Providencie previamente as malhas cirúrgicas e os medicamentos prescritos e leve-os ao hospital no momento da internação.

No dia que antecede a operação, você deve tomar banho com sabonete antisséptico e iniciar jejum, inclusive para líquidos, a partir das 22h.

Compareça ao hospital no horário marcado com a presença de um acompanhante.

### Orientações pós-operatórias

#### Segurança

Os cuidados pós-operatórios são de grande importância para o sucesso da sua cirurgia. Eles incluem itens de segurança, cuidados com a cicatriz, uso de malhas cirúrgicas e liberação gradual das atividades cotidianas.

Nos primeiros dias que se seguem à cirurgia, permaneça sempre sob os cuidados de um acompanhante, evitando ficar completamente sozinha em local isolado. Ao se levantar, especialmente nos primeiros 3 dias, solicite a ajuda do seu acompanhante, uma vez que é relativamente frequente quedas de pressão e desfalecimento. Caso isso ocorra, deite-se rapidamente. Esse procedimento faz com que o sangue volte a circular normalmente no cérebro e com isso a sensação de desfalecimento desaparece.

Movimente as pernas e os pés o máximo possível e caminhe durante 5 minutos a cada hora nos primeiros 15 dias. Isso faz parte da prevenção de trombose. E não deixe de aplicar as ampolas de anticoagulante!

Em caso de urgência e emergência, você deve se encaminhar ao pronto-atendimento mais próximo de sua casa e, simultaneamente, entrar em contato com algum membro da nossa equipe.

São sinais de urgência a piora súbita do estado geral após período de boa evolução, dor, inchaço e vermelhidão em uma das panturrilhas e febre alta. Temperaturas entre 37 e 38 °C são normais nos 3 primeiros dias.

São sinais de emergência falta de ar muito intensa e desfalecimento sem retorno da consciência.

Lembre-se: em caso de urgência e emergência procure um pronto-atendimento

próximo e ao mesmo tempo entre em contato com um membro da nossa equipe.

**Equimoses** Após qualquer tipo de cirurgia, é normal aparecerem áreas arrochadas próximas à região operada. Essas manchas são as equimoses. Elas têm uma tendência a descer para áreas mais baixas do seu corpo, podendo inclusive aparecer em regiões que não foram tratadas, sendo isso um achado normal. Usualmente as equimoses desaparecem gradualmente em até 20 dias.

**Edema** Nas mastoplastias, tanto de aumento quanto de redução, o edema ou inchaço é mais intenso nos primeiros 15 dias, tornando-se pouco significativo após esse período.

**Cicatriz** Sua cicatriz deve permanecer coberta por curativo nas primeiras 24h após a operação. A partir de então, você deve tomar banho de corpo inteiro e lavar a cicatriz com sabonete antisséptico, secá-la com toalha limpa e cobri-la com novo curativo de gaze. Este tipo de curativo deve ser trocado diariamente até que a cicatriz esteja sem crostas e completamente fechada. O tempo para que isso ocorra gira em torno de 7 a 20 dias. Quando a sua cicatriz estiver completamente fechada e sem crostas, o curativo passa a ser feito apenas com micropore fixado diretamente à pele. Este tipo de curativo deve ser trocado semanalmente até completar o terceiro mês após a cirurgia. A partir de então o tratamento da cicatriz é variável de paciente para paciente, sendo definido nas consultas de acompanhamento.

Entre 3 e 6 meses boa parte das cicatrizes em mama e abdome ficam avermelhadas ou escurecidas. Essa fase é usualmente passageira e existem tratamentos específicos para cada tipo de cicatriz.

É fundamental que você saiba que sua cicatriz só ficará completamente madura, ou seja, clara e pouco perceptível, após o período de 1 ano.

**Malhas cirúrgicas** Após submeter-se a mastoplastia, você deve fazer uso de sutiã cirúrgico por 30 dias, retirando-o apenas no momento do banho. Após esse período você deve ter o hábito de sempre usar sutiã, podendo ser o da sua preferência.

**Atividades** Os três primeiros dias após a cirurgia são os mais incômodos. Apesar disso, evite ficar muito tempo sentada ou deitada e lembre-se de caminhar durante 5 minutos a cada hora, durante o dia. Isso faz parte da prevenção de trombose e deve ser mantido até completar 15 dias de após a cirurgia.

Os antebraços têm movimentação livre e os braços podem se mover até a altura dos ombros. Portanto, movimentos como pentear os cabelos, escovar os dentes e comer já estão livres desde o 1º dia de pós-operatório.

Nos primeiros 15 dias você deve se deitar preferencialmente de barriga para cima ou levemente de lado, sem que o peso do corpo se projete sobre as mamas.

Com 07 dias você já pode dirigir, com 30 realizar exercícios com as pernas e com 60 dias todas as atividades estão liberadas.

A equipe Tempo Cirurgia Plástica deseja a você uma ótima recuperação pós-operatória e se disponibiliza para esclarecer eventuais dúvidas.