

Abdominoplastia

Orientações Gerais

Orientações pré-operatórias

Antes da operação você deve suspender o uso de 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 oC 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

Logo após a cirurgia, áreas como pés, mãos e pálpebras podem ficar edemaciadas em graus variáveis e toda área operada fica bastante inchada. Usualmente considera-se que o inchaço ou edema regride progressivamente até o sexto mês após a operação, podendo se estender até um ano de pós-operatório. É muito importante que você se lembre, portanto, que até o sexto mês após a operação o contorno do seu corpo vai desinchar e melhorar. O uso adequado das malhas cirúrgicas e a realização de drenagem linfática contribuem para uma boa regressão do edema.

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. Esse 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 fica avermelhada ou escurecida. Essa fase é usualmente passageira e existem tratamentos específicos para cada tipo de cicatriz.

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

Malhas Cirúrgicas

Para a contenção do edema, você fará uso de malhas compressivas de forma constante por 30 dias após a operação. Essas malhas são associadas a espumas compressivas na primeira semana e então a talas compressivas por mais 3 semanas, totalizando 1 mês. No segundo mês, as malhas poderão ser usadas de forma mais flexível, ou seja, você poderá retirá-las por períodos variáveis durante o dia. Você receberá orientação da nossa equipe para o uso adequado de suas malhas.

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.

Até o 21º dia você deve se deitar com o tronco levemente elevado e as pernas levemente flexionadas a fim de evitar tensão sobre a cicatriz. Pelo mesmo motivo, nos primeiros 21 dias você deve caminhar com o tronco levemente fletido e os joelhos levemente dobrados.

Com 21 dias você já pode dirigir, com 30 realizar caminhadas leves de 20 minutos e com 2 meses 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.