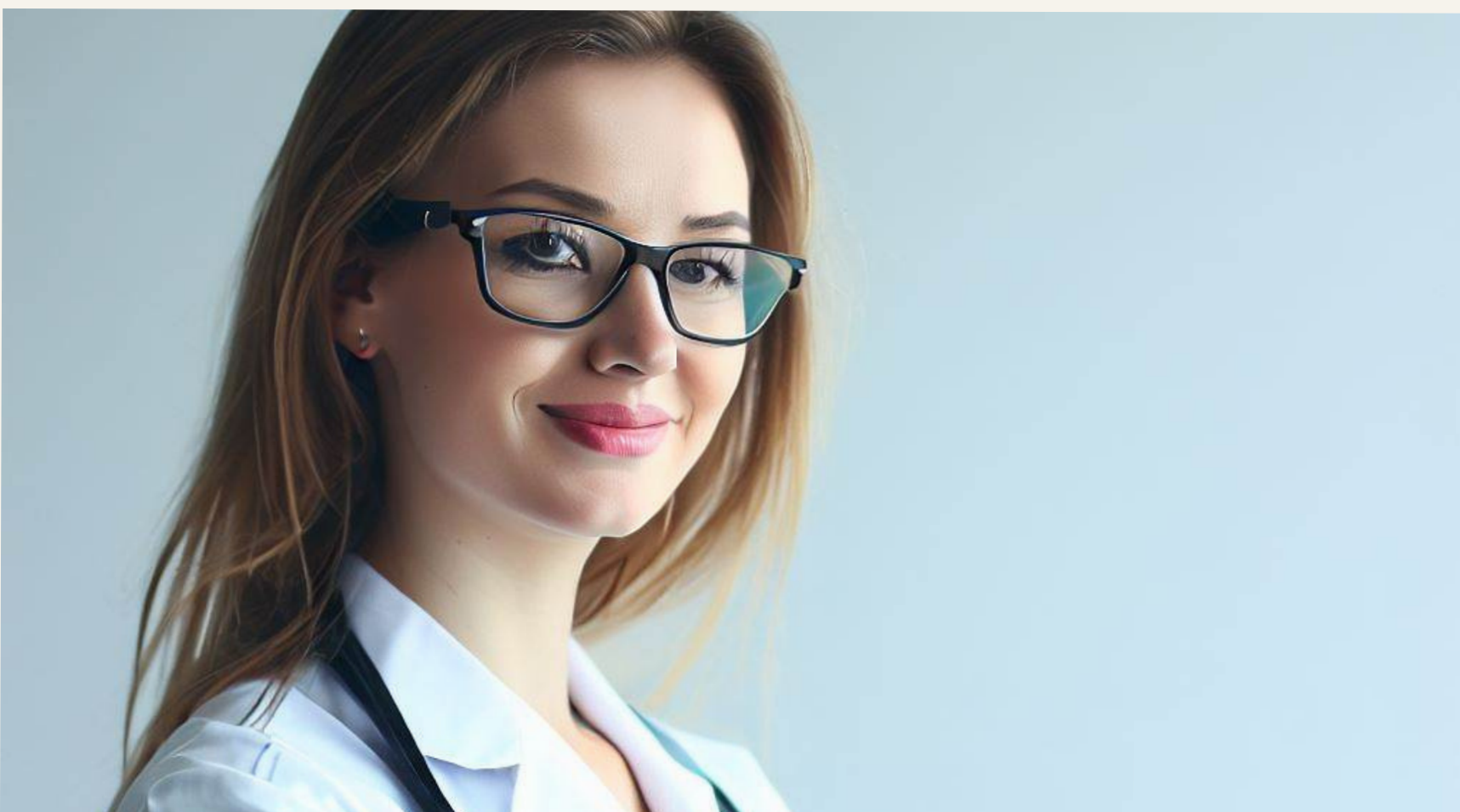




*guia completo*

# ORIENTAÇÕES E CUIDADOS PRÉ E PÓS CIRÚRGICOS



O planejamento e a preparação antes da realização de procedimentos cirúrgicos são fundamentais para minimizar os riscos e alcançar um resultado desejável para a cirurgia e determina se a cirurgia será indicada ou não. Portanto, os exames antes de uma cirurgia plástica não devem ser banalizados, pois eles são de extrema importância tratando-se de segurança e bem-estar para o paciente.

Esses cuidados são essenciais para que o paciente fique bem antes, durante e após a operação. O estado geral de saúde do paciente deve ser tratado com prioridade, por isso realizar um check-up, exames físicos e laboratoriais, além das avaliações que seu cirurgião são fundamentais.

Para garantir a eficiência e a segurança do procedimento, devem ser escolhidos apenas cirurgiões que sejam membros da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBCP). Estes profissionais são especializados e constantemente passam por residência médica de aprimoramento, para atender seus pacientes com mais excelência.

Também é importante ressaltar que o período pós-operatório deve ser estritamente seguido, para garantir a eficiência do procedimento. Portanto, além de realizar os exames antes de uma cirurgia plástica é preciso seguir todas as recomendações do cirurgião, para que os resultados possam ser obtidos.





## Antes da cirurgia - 30 dias antes

- Pare de fumar no mínimo 30 dias, se não conseguir tente fumar o mínimo possível e comunique seu cirurgião pois o mesmo pode se recusar a realizar a cirurgia;
- O cigarro é um vilão para a sua cicatrização, aumenta o risco de necrose de pele e hiperpigmentação da cicatriz.
- **NÃO** faça uso de qualquer tipo de Droga;
- Elas causam efeitos nocivos na hora da anestesia;
- Se usar, e a cirurgia estiver próxima, informe ao médico antes da cirurgia, para uma melhor conduta e orientação com o tempo de suspensão da substância.



PRÉ OPERATÓRIO

# 15 dias antes da cirurgia

- EVITE o uso de Ácido Acetil Salicilico (AAS, ASPIRINA e seus derivados);
- Não usar anti-inflamatório, essas medicações aumentam o risco de sangramento durante cirurgia;
- Em caso de qualquer sintoma de gripe como: coriza, garganta inflamada, febre e tosse, procure um pronto socorro e comunique a clínica, pois sua cirurgia será adiada. Remarcada para quando a sua saúde e imunidade estiver "**BOA**" para realizar o procedimento com total segurança e para o seu bem estar.



PRÉ OPERATÓRIO



## 15 dias antes da cirurgia

- Não usar Ginkgo Biloba ou qualquer tipo de remédio para emagrecer;
- Se estiver utilizando qualquer medicamento, verificar com o médico se continua ou se será necessário interromper o uso até a cirurgia;
- Lembrando que existe alguns medicamentos que é necessário parar até 30 dias;
- No caso de cefaleia tomar Dipirona ou Paracetamol **(Não tomar Ibuprofeno)**;
- Não beba bebidas alcoólicas;
- O consumo de bebidas alcoólicas só após a liberação do cirurgião.

## 7 dias antes da cirurgia

- Usar sabonete Neutro qualquer um de sua preferência. Você irá continuar usando ele depois da cirurgia por mais ou menos um mês;
- O uso de hidratante corporal é aconselhado para evitar o ressecamento da pele.



PRÉ OPERATÓRIO



## 3 dias antes da cirurgia

- Não usar anti-inflamatório;
- Em caso de qualquer sintoma de gripe como: coriza, garganta inflamada, febre e tosse, procure um pronto socorro e comunique a clínica, pois sua cirurgia será adiada.

## 1 dia antes da cirurgia

- Retire o esmalte das unhas dos pés e das mãos;
- Não use nem base;
- Você pode fazer a unha, só não pode passar nenhum tipo de esmalte;
- Unhas de gel e fibra de vidro, mega hair e cílios precisam ser retirados antes da cirurgia;
- É necessário jejum de 8 horas de sólido e 8 horas de líquido, absoluto antes de qualquer procedimento cirúrgico;
- Se utilizar anticoncepcional tomar a noite para não interferir no jejum (Se o cirurgião orientou parar, pare!);
- Lembrando que o anticoncepcional aumenta o risco de trombose.



- **Retire anéis, pulseiras, brincos e piercing;**



PRÉ OPERATÓRIO

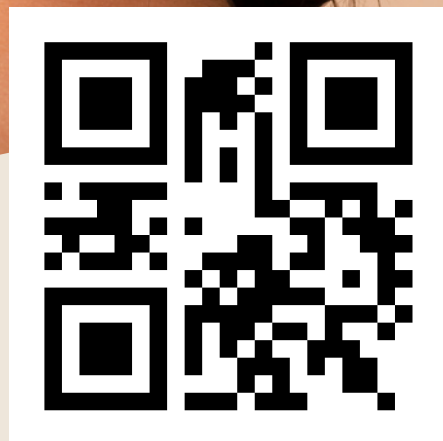
# No dia da cirurgia

- Levar um documento com foto;
- Guia de internação;
- Exames;
- Cinto e Sutiã;
- Leve a meia antitrombose 7/8 (Uso OBRIGÁTORIO). Você vai vestir a meia assim que chegar no quarto;
- Leve uma roupa leve e fácil de vestir, como: vestidos com abertura frontal ou frente única, uma camisola ou pijama (leve e fácil de vestir) de preferencia de botão, legging, camisas, sapatilhas, chinelos ou tênis. Você só vai passar um dia no hospital, não precisa levar muita coisa;
- Se a sua cirurgia for inclusão de prótese mamária, mamoplastia redutora, mastopexia com prótese ou ginecomastia procure levar uma blusinha de abertura frontal;
- Você irá conversar com o médico, comunique o anestesista a respeito do uso de qualquer medicamento, se fez o uso drogas e informe o tempo e qual tipo;
- O seu médico irá conversar com você antes da cirurgia e realizar as marcações.



PRÉ OPERATÓRIO

**Rua das Figueiras, 1614  
Bairro: Campestre  
Santo André - SP**



**(11) 97820-8496**



**Google maps**

Não precisa mais procurar! O Grupo Sainte Marie traz até você a renomada Clínica Bela Marie, especializada em tratamentos pós-cirúrgicos para elevar sua experiência estética a um novo patamar.

**O Que Nos Torna Únicos:**

Contamos com os melhores e mais modernos equipamentos para garantir o mais alto padrão de tratamento;

Profissionais altamente treinados: Nossa equipe é dedicada a proporcionar cuidados personalizados e resultados extraordinários;

Na Bela Marie, buscamos promover não apenas a beleza exterior, mas também a saúde e o bem-estar de nossas clientes. Seja para uma recuperação suave após uma cirurgia estética ou para aprimorar sua beleza natural, confie na Clínica Bela Marie para uma jornada única e transformadora.

Experimente a combinação perfeita de tecnologia avançada, expertise profissional e atenção personalizada. Descubra o segredo da verdadeira beleza no Grupo Sainte Marie - onde a estética encontra o cuidado pós-cirúrgico de excelência na Clínica Bela Marie!





# Cicatriz e Cicatrização

- Cicatriz tem um período em torno de 1 ano para estabilizar, neste período tem que ter acompanhamento médico para avaliações, de queloide e cicatriz hipertrófica;
- Fazer uso de pomadas, fitas de silicone ou fitas de corticóides apenas com a orientação médica.

## Trombose

A trombose é uma condição na qual um coágulo sanguíneo se forma dentro de um vaso sanguíneo, interrompendo o fluxo normal do sangue. Na cirurgia plástica, a trombose venosa profunda (TVP) é uma preocupação importante. Durante a cirurgia plástica, especialmente os procedimentos com uma duração maior que 2 horas como a cirurgia de contorno corporal ou a lipoaspiração, abdominoplastia que existe um risco aumentado de trombose venosa profunda. Isso ocorre devido à imobilidade prolongada, à lesão dos vasos sanguíneos, à resposta inflamatória pós-operatória e a outros fatores de risco relacionados à cirurgia. A trombose venosa profunda pode ser perigosa, pois o coágulo sanguíneo pode se desprender e se deslocar para outras partes do corpo, como os pulmões, causando uma condição chamada tromboembolia pulmonar, que pode ser potencialmente fatal. **Alguns dos sintomas da trombose venosa profunda incluem inchaço/edema local, dor (em um dos membros, localizada), sensibilidade e calor na área afetada, como pernas ou braços.** No entanto, nem todos os casos apresentam sintomas óbvios, tornando o diagnóstico mais desafiador. Para minimizar o risco de trombose venosa profunda durante a cirurgia plástica, os cirurgiões adotam várias medidas preventivas, como o uso de meias de compressão, a administração de medicamentos anticoagulantes e incentivar a mobilização precoce após o procedimento. Além disso, é importante seguir todas as instruções pós-operatórias fornecidas pelo cirurgião.



# Cuidados pós-cirurgia

- Para um melhor resultado da sua cirurgia é importante realizar um bom pós operatório (isso inclui beber 3 litros de água diário, realização de drenagem linfática com um profissional adequado e seguir todas as orientações abaixo);
- Mantenha repouso RELATIVO no leito, evitando esforços;
- Ande para evitar trombose e trombo embolia pulmonar;
- Não durma de bruços ou de lado até a liberação do seu médico;
- Continue com a medicação sem interrupções após a cirurgia, obedecendo os horários corretamente;
- Às vezes o intestino fica preso, converse com seu cirurgião para indicação do TAMARINE geleia. É uma boa opção. Tome 1 colher de geleia 1 X ao dia e se mesmo assim não resolver entre em contato com a clínica;
- Nunca tome nada sem indicação médica;
- O uso do Clexane® é essencial para evitar o risco de trombose e trombo embolia pulmonar (siga a conduta do vascular e do seu cirurgião); **Seroma** é uma complicação que pode surgir após qualquer cirurgia, sendo caracterizada pelo acúmulo de líquido abaixo da pele. **Fibrose:** É um processo de cicatrização acusando endurecimento na região operada. Por isso o acompanhamento pós cirurgico e a drenagem linfática é tão importante;
- Mantenha a cabeceira elevada a 45 graus ou com dois travesseiros grandes, é importante o acompanhamento pos cirurgico e realizar a drenagem linfática com um excelente profissional;
- Se a sua cirurgia for lipoabdominoplastia ou a abdominoplastia, mantenha as pernas dobradas com dois travesseiros em baixo;
- Use a cinta e/ou sutiã 24 horas/dia até a liberação do médico;
- A cinta nunca pode ficar enrugada na cintura, pois pode marcar e acumular líquido;
- Depois da primeira drenagem você ira apertar sempre a cinta, não deixe ela folgada;
- Tome cuidado com as malhas (cintas, sutiãs e afins), pois o tecido ideal é o que comprimi sem machucar, aqui na clinica temos nossas peças exclusivas que possui o tecido adequado e de alta qualidade.



PÓS OPERATÓRIO

# Cuidados pós-cirurgia

- Se você fez qualquer tipo de cirurgia de mama, NÃO levante os braços além da altura do ombro ou passar os braços além da linha das costas, esses movimentos forçam a cicatriz e prejudicar o resultado final;
- Não retire a fita micropore que protege os pontos;
- Você só vai trocar os curativos que tenham gaze;
- Normalmente no umbigo, envolta do dreno e as vezes na aréola;
- Se houver alergia ou vermelhidão excessiva comunique imediatamente.

- **Cola cirurgica: DERMABOND ou PRINEO**
- **Sistema de Fechamento de pele**

- Uma tela de poliéster flexível e autoadesiva para uma aproximação e cicatrização;
- Possui resistência de retenção tecidual;
- Fornece uma barreira microbiana flexível com 99% de proteção.
- Converse com o seu cirurgião sobre a cola para verificar se é indicada para a sua cirurgia, ela pode contribuir para a sua recuperação.



PÓS OPERATÓRIO

# Banho: pós cirurgia

- Antes de entrar no chuveiro retire a cinta, sutiã e a meia, deitada na cama e espere +/- 20 min;
- Você deve tomar os primeiros banhos sentada (o);
- Tomar banho sempre antes de fazer o curativo;
- Usar sabonete neutro antisséptico;
- Retirar só a gaze deixando a fita de micropore que se encontra em contato direto com a pele.

# Após o banho: pós cirurgia

- Após o banho secar bem as fitas de micropore com toalha limpa e secador de cabelo (ar frio);
- Nunca use ar quente, a sua pele está sem sensibilidade e pode queimar;
- Esse processo necessita de ajuda pode demorar de 30 min a 1h30min;
- Se sua cirurgia for lipoabdominoplastia ou dermolipectomia, fazer curativo no umbigo: limpe bem com cotonete e coloque uma gaze seca em forma de “bolinha” dentro do umbigo.



PÓS OPERATÓRIO



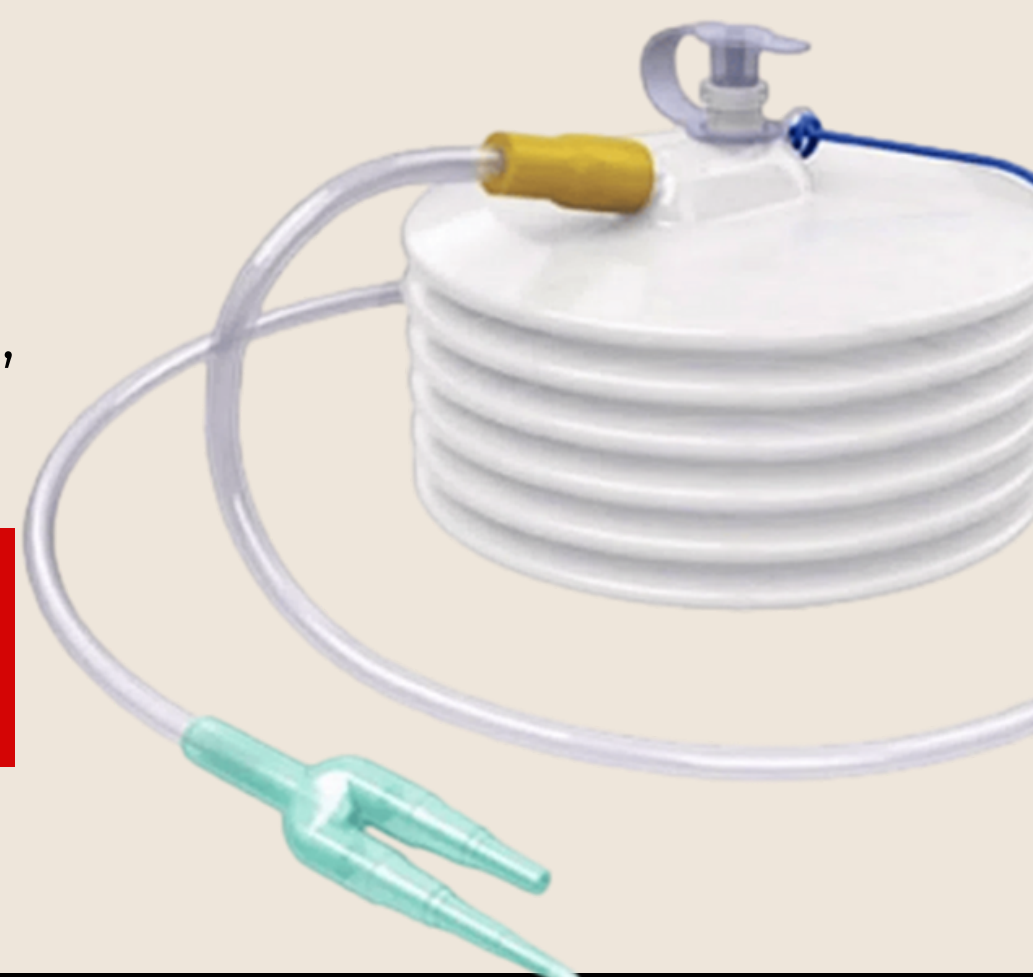
## Alimentação pós cirurgia

- Não coma, peixe cru (ou frutos do mar), carne de porco, linguiça, salsicha e embutidos em geral;
- Beba 3 litros de água por dia, isso irá ajudar muito na sua recuperação;
- Uma alimentação rica em proteína é essencial para uma boa cicatrização.

## Dreno portovac

- O dreno é utilizado em algumas cirurgias, principalmente na abdominoplastia.

**NUNCA LAVAR O DRENO.**



PÓS OPERATÓRIO

# Drenagem linfática

Cada cirurgia plástica exige cuidados específicos no pós-operatório, já que os procedimentos cirúrgicos podem deixar lesões cutâneas, como hematomas, dor, danos aos vasos e sensibilidade na pele. Também é normal que, após cirurgia, ocorra uma maior retenção de líquidos e, conseqüentemente, inchaço. Nestes casos, um dos tratamentos mais eficazes e indicados pelo cirurgião é a drenagem linfática, que ajuda a reduzir o inchaço, melhora na dor, acelera na recuperação e no tempo de cicatrização e acelera a recuperação do paciente.

No caso da abdominoplastia e da lipoaspiração, por exemplo, ela ajuda a diminuir e até mesmo eliminar a fibrose. De acordo com a Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD), o procedimento é fundamental para melhorar a circulação sanguínea e reduzir o inchaço por meio da retirada do líquido que se acumula entre as células, além de contribuir para acelerar a cicatrização, aliviar as dores do pós-operatório e diminuir o processo inflamatório causado pela cirurgia.

Em casos específicos, além da drenagem manual em todo o corpo, é possível potencializar o tratamento com a ajuda de aparelhos e técnicas complementares, como o ultrassom e a radiofrequência. Geralmente, eles são indicados para pacientes que apresentam uma evolução mais lenta com acúmulo de líquido, seroma e fibrose.



PÓS OPERATÓRIO

# Drenagem linfática

Considerando o contexto discutido, é crucial destacar a importância da escolha adequada do local ou profissional para o acompanhamento pós-operatório. Recomenda-se, em primeiro lugar, seguir a preferência ou indicação do cirurgião responsável, pois este profissional possui confiança e conhecimento sobre o trabalho do indicado, minimizando possíveis problemas no pós-operatório.

Nesse sentido, a Clínica Sainte Marie enfatiza a relevância da Clínica Bela Marie, sua unidade especializada em pós-operatório. Essa clínica oferece uma experiência única, com contato direto com a equipe médica, protocolos atualizados, equipamentos de ponta e alta tecnologia. A equipe da Clínica Sainte Marie confia plenamente na capacidade da Clínica Bela Marie para realizar acompanhamentos pós-operatórios, não apenas para seus pacientes, mas também para aqueles que buscam referências externas.

Se desejar uma indicação específica, recomenda-se entrar em contato diretamente com a Clínica Bela Marie, localizada na:

- Rua das Figueiras, 1614
- Bairro: Campestre
- Santo André - SP
- (11) 97820-8496

Essa clínica é cuidadosamente escolhida pela equipe da Clínica Sainte Marie devido à sua expertise e comprometimento com a excelência no acompanhamento pós-operatório.



**PÓS OPERATÓRIO**



**Rua das Figueiras, 1614  
Bairro: Campestre  
Santo André - SP**

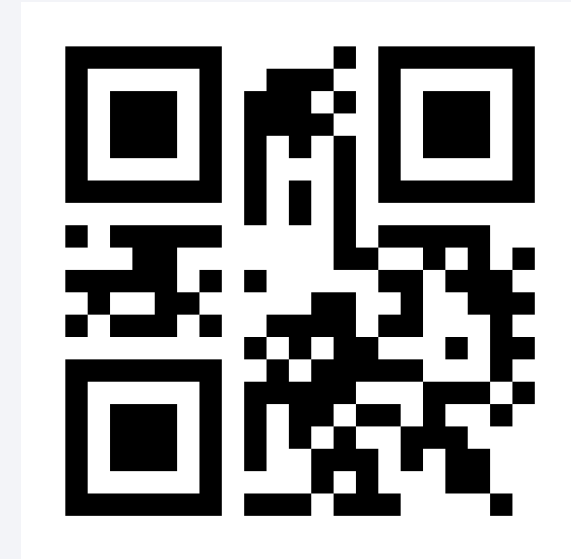
Explore a excelência em cuidados estéticos na Bela Marie, uma clínica dedicada a proporcionar tratamentos corporais e faciais de alta qualidade.

Contamos com uma seleção de equipamentos de última geração, garantindo a vanguarda em tecnologia para nossos clientes.

Nossa equipe é composta por profissionais altamente capacitados, todos dedicados a oferecer serviços personalizados e resultados notáveis.

Na Bela Marie, nosso compromisso vai além da estética; buscamos promover não apenas a beleza exterior, mas também a saúde e o bem-estar de nossas clientes. Com abordagens eficazes, visamos alcançar resultados que não apenas transformam a aparência, mas elevam a autoestima e a qualidade de vida.

Descubra uma experiência única na Bela Marie, onde a beleza se encontra com a saúde, proporcionando a você o melhor em cuidados estéticos.



**(11) 97820-8496**



**Google maps**





# Orientações gerais

- Não lavar louça, mover móveis, varrer ou qualquer faxina de casa até a liberação do cirurgião médico;
- Se programe para +/- 30 dias;
- Não pegar sol durante +/-90 dias ou até a liberação do médico;
- Não pegar sol na cicatriz no primeiro ano;
- Não dirigir até a liberação do médico;
- Viagens acima de uma hora usar a meia antitrombose e parar e andar no período de pós operatório de até 45 dias da cirurgia;
- Viagens aéreas somente após liberação médica;
- Não carregue peso por +/- 60 dias;
- Quando você estiver liberada para atividade física vá e faça disso um hábito;
- CUIDADO com a sua alimentação, é muito comum engordar no período de pós operatório, pois como fica restrito das suas atividades físicas e atividades cotidianas o paciente fica ansioso. O cuidado no pós operatória é essencial para o resultado final;
- Se o seu médico pediu para emagrecer, emagreça! O ideal é sempre realizar a cirurgia dentro do peso;
- Contratura capsular, assimetria e necrose de aréola são problemas que PODEM ocorrer nas cirurgias de mamas, converse muito com seu cirurgião e esclareça todas as dúvidas;
- Uma vez por ano retorne ao cirurgião. A consulta é importante para controle, no caso da Clínica Sainte Marie;
- O inchaço da genitália e as equimoses são grandes mas não preocupantes, vai melhorar conforme for passando o tempo;
- Relações sexuais APENAS após liberação médica;
- Em caso de dúvidas ou se precisar de ajuda, basta ligar para os números 24 horas fornecidos (Clínica Sainte Marie) quantas vezes achar necessário, caso tenha operado em outro local acione sua equipe médica.





# CIRURGIA SEGURA

Essa opção é muito interessante para pacientes que não possuem convênio, é um serviço a parte, a Clínica Sainte Marie apenas faz a indicação. É um seguro que possibilita cobertura para algumas complicações como hematomas, trombo-embolia pulmonar, entre outros. Não costuma ter um valor alto, a média pode ser calculada de acordo com a sua cirurgia (1% a 3 %).

Para pacientes da Clínica Sainte Marie basta acionar o responsável do seu contrato e solicitar orçamento.



**Segunda a sexta  
das 9h00 às 20h30**

**Entre em contato e  
tire todas as dúvidas**



<https://is.gd/telefonesSM>

