



RECOMENDAÇÃO PÓS OPERATÓRIO

1o \ 2o \ 3o DIA

- Compressa de gelo – durante 20 minutos. Bolsa de gelo ou saco de gelo picado, coloque um tecido fino entre a pele e a bolsa de gelo. (ambos os lados). Intervalo de 2 horas para repetir a aplicação de gelo.
- Após aplicação de gelo, manter os lábios juntos e realizar movimento de afastar os dentes (abertura da boca cerca de 1,0 cm), realizar 2 vezes 30 movimentos. Importante sem descolar os lábios.
- Realizar movimentos da mímica facial. Abrir e fechar os olhos, franzir testa, elevação do nariz (cheiro ruim), fazer bico, encher bochecha de ar, forçar sorrir, realizar 30 movimentos de cada. Importante sempre realizar este trabalho com a boca fechada.

4o ao 10o DIA

- Manter compressa de gelo – durante 20 minutos. 3 vezes ao dia (manhã – tarde – noite).
- Após aplicação de gelo, realizar abertura da boca cerca 1,5 cm, realizar 2 x 30 movimentos. Com dentes topo a topo realizar movimento de deslocar queixo para frente. Realizar 2 x 30 movimentos.
- Manter exercícios de mímica facial.

11o ao 15o DIA

- Manter compressa de gelo 3 x ao dia durante 20 minutos
- Abertura da boca entre 1,5 e 2,0 cm 2 x 30 movimentos, após aplicação de gelo.
- Movimento de deslocar queixo à frente 2 x 30 movimentos.
- Com a mandíbula protruída, realizar movimentos de deslocar o queixo para direita e para esquerda, cerca de 0,5 (1\2) cm para cada lado. Importante respeitar limite dos caninos. Realizar 2 x 20 movimentos.
- Manter exercícios de mímica facial