



## ORIENTAÇÕES AO PACIENTE APÓS CIRURGIA ORTOGNÁTICA

Mais uma importante etapa do tratamento se inicia. Estas recomendações te ajudarão a ter um pós-operatório mais tranquilo. Conto com a sua colaboração. Estarei junto com você!!!

### REPOUSO

- ✍ Manter a cabeceira da cama elevada cerca de 30°
- ✍ Evitar decúbito lateral (não dormi de lado)
- ✍ Evitar qualquer tipo de esforço físico e exposição excessiva ao sol durante o período de recuperação (cerca de 30 à 45 dias)
- ✍ Evitar esporte que tenha risco de bater a face por meses (futebol, vôlei, basquete, lutas marciais,...).

### CUIDADOS

- ✍ Se houver sangramento coloque diretamente no local da hemorragia, um rolo de gaze ou compressa pequena presa firmemente durante meia hora. Caso não cesse o sangramento, repita a operação várias vezes. Se sentir necessidade, não exite em entrar em contato comigo.
- ✍ Não assuar o nariz para evitar a formação de enfisema na face. Apenas limpar as extremidades das narinas com cotonetes ou gaze umedecido em soro fisiológico a 0,9 %.
- ✍ Não realizar pressão negativa na cavidade bucal através da ingestão de alimentação líquidas por canudos.
- ✍ Espirrar de boca aberta e não fumar.

### DIETA

Primeiras 72 horas

- ✍ A dieta deve ser líquida ou pastosa e fria (sorvetes, sucos, vitaminas, açaí, iogurtes..).
- 3° ao 15° dia

- ✍ Iniciar uma alimentação um pouco mais consistente, em temperatura ambiente (sopa, bolacha de maisena embebida no leite, pudim, ovo cozido mole, manjares, purê de batata, maçã bem cozida e feijão amassado), os quais deverão ser engolidos e não mastigados.

Após 15 dias

- ✍ Pode ser iniciada a alimentação com filé de frango desfiado, carne de hambúrguer, carne moída, massa em geral, lembrando de somente fazer o movimento mastigatório.

- ✍ A mastigação normal somente poderá ser iniciada após orientação da fonoaudióloga que ajudam na digestão.

- ✍ A alimentação deve ser feita em intervalos pequenos, não deixando para ingerir alimentos em intervalos prolongados. A alimentação é fundamental para uma recuperação mais eficiente. É natural que o intestino não funcione muito bem por vários dias após a cirurgia.

- ✍ De preferência aos alimentos hipercalóricos e hiperprotéicos

- ✍ Para auxiliar a sua dieta, sugiro a utilização de suplementos alimentares como:

a) Resource plus (Novartis), apresenta-se em embalagens de 250 ml, fornecendo um aporte calórico de 380 calorias e 14 gramas de proteínas. Sabor: chocolate, baunilha e morango. Isento de lactose e glúten.

b) Impact oral (Novartis), apresenta-se em sachês (pó) ou embalagem de 250 ml. Contem

**Cond. Dimension Office Park - Ed. Lagoa 1**

Avenida Embaixador Abelardo Bueno, 1 sala 203 - Barra da Tijuca - Rio de Janeiro - RJ

**Telfax.: (21) 3839-7183 e 2025-6779**



imunomoduladores que melhoram a resposta imunológica. Fornece de 275 a 301 calorias e 17 gramas de proteína. Sabor: Frutas tropicais e pêssego. Isento de lactose e glúten.

#### HIGIENIZAÇÃO

- ✎ Não faça bochecho de qualquer espécie nas primeiras 24 horas após a operação para evitar possíveis hemorragias. Apenas lave a boca, vire a cabeça de um lado para outro e cuspa.
- ✎ Após as 24 horas iniciais, intensifique a higienização da boca através de escovações com creme dental e bochechos com colutórios (Periogard 2 vezes ao dia).
- ✎ Procure utilizar uma escova dental de cabeça pequena e macia (infantil), devido à dificuldade de abertura bucal nos primeiros dias de pós-operatório.
- ✎ Não toque na ferida operatória com a língua, dedos ou qualquer objeto.

#### FISIOTERAPIA GELADA

- ✎ Iniciar fisioterapias através de compressas geladas contínuas na região operada, logo após o término da cirurgia com hidratação prévia da face e manutenção por 72 horas.
- ✎ As compressas devem permanecer em contato com a face 20 minutos, pois passando deste tempo iniciase um mecanismo de proteção do organismo com a vasodilatação, o que ocasiona maior edema. Devese aguardar um tempo de 20 minutos para reiniciar as fisioterapias geladas. Sempre envolver gelo em um tecido fino de forma a manter a pele gelada e sem provocar queimaduras.

#### FISIOTERAPIA QUENTE

- ✎ Apartir do 5º dia de pós-operatório inicia-se o contraste de água quente (toalha úmida aquecida no microondas ou baldinho com água quente) e bolsa de gelo. A sistemática de compressas deve ser: - quente - 5 minutos, frio - 5 minutos, quente - 5 minutos, frio - 5 minutos, quente - 5 minutos e drenagem linfática. Repetir esse procedimento 3 x por dia.
- ✎ Essa fisioterapia é importante para regressão do edema e hematoma da região operada.

#### DOR

- ✎ Dor na face pode ser observada nos primeiros dias de pós-operatório, que tenderá a cessar com o uso dos medicamentos administrados.
- ✎ Uma sensação dolorosa poderá ser observada no trato respiratório superior (garganta) decorrente da entubação no momento da anestesia geral, que desaparecerá em 2 a 3 dias. Além desta, é comum os pacientes sentirem uma pressão ou dor na articulação têmporo-mandibular (ATM), que será passageira.

#### PARESTESIA

- ✎ Após a cirurgia ortognática é normal que algumas regiões da face fiquem com parestesia (sensação de anestesia ou dormência). Esta sensação deverá regredir em alguns dias ou meses.
- ✎ Os lábios ficarão com parestesia por um tempo transitório, fazendo com que o paciente não consiga controlar ou sentir a saliva (babar).

#### LÁBIOS

- ✎ Os lábios podem ficar ressecados e inchados, principalmente o lábio superior.
- ✎ É recomendado aplicar no local um creme manipulado (Lanolina 9g, vaselina liquida 2cc, Glicerina 1g e creme base 18g) alternando com uma pomada (Colagenase com Clorafenicol, Novadem ou Trofodermim), apenas na área externa dos lábios, cerca de 6 x ao dia, de 4/4 horas. Outra opção também bastante recomendada é a Cera de Lip, que pode substituir a fórmula acima.

#### FONOAUDIOLOGIA

**Cond. Dimension Office Park - Ed. Lagoa 1**

Avenida Embaixador Abelardo Bueno, 1 sala 203 - Barra da Tijuca - Rio de Janeiro - RJ

**Telfax.: (21) 3839-7183 e 2025-6779**



✎ Instruções de abertura bucal, de mastigação e massagens na face para recuperação dos movimentos da musculatura facial serão orientadas pelo(a) fonoaudiólogo(a) e devem ser respeitadas no momento certo para evitar eventuais complicações. Os exercícios ajudarão o paciente a ter mais confiança na fala, abertura e função, além de proporcionar uma melhor competência labial.

✎ É de fundamental importância seguir os exercícios recomendados pelo(a) fonoaudiólogo(a) para uma rápida recuperação.

#### REMOÇÃO DE SUTURAS

✎ A sutura externa é removida com 7 dias (fio de nylon) e a sutura intra-oral com 14 dias (fio reabsorvível).

#### USO DE ELÁSTICOS

✎ Em alguns casos pode ser necessário o uso de elásticos para ajudar no reposicionamento dental, sendo de fundamental importância que o paciente o coloque na posição indicada pelo cirurgião ou ortodontista.

Siga as orientações atentamente, elas são importantes para sua recuperação. Conto com seu empenho e confio em você. Se surgirem dúvidas me ligue, estarei pronto para ajudá-lo(a).

**Cond. Dimension Office Park - Ed. Lagoa 1**

Avenida Embaixador Abelardo Bueno, 1 sala 203 - Barra da Tijuca - Rio de Janeiro - RJ

**Telfax.: (21) 3839-7183 e 2025-6779**