

NOME DO PACIENTE:

Você estará prestando uma inestimável colaboração a “você mesmo” lendo com atenção as informações desse manual. A maioria das dúvidas das pacientes foram cuidadosamente respondidas aqui. Guarde e consulte sempre que necessário. Além disso, lembre-se: a consulta é presencial para que seu médico possa examinar e avaliar a situação, nunca por WhatsApp. Anote as dúvidas que surgirem para não esquecer de perguntar e aproveite o momento da consulta para esclarece-las. O atendimento por celular deve ser reservado para situações de urgência.

RECOMENDAÇÕES SOBRE A CIRURGIA DE GINECOMASTIA:

RECOMENDAÇÕES PRÉ-OPERATÓRIAS:

- 1) Obedecer às instruções dadas para a internação;
- 2) Comunicar qualquer anormalidade que eventualmente ocorra, quanto ao seu estado geral;
- 3) Comparecer “em jejum absoluto” inclusive de água de no mínimo 8 horas;
- 4) Vir acompanhado para a internação.
- 5) Lembrar de levar os exames pré-operatórios;
- 6) Evitar uso de brincos, anéis, alianças, lentes de contato, piercings, aparelho ortodôntico móvel, cremes, esmaltes coloridos nas unhas deverão ser retirados antes da cirurgia e etc;
- 7) Evitar bebidas alcoólicas ou refeições muito lautas, na véspera da cirurgia, assim como uso de laxantes.
- 8) Evitar todo e qualquer medicamento para emagrecer, que eventualmente esteja fazendo uso, por um período de 1 mês antes do ato cirúrgico. Isto inclui também certos diuréticos.
- 9) Não fazer depilação íntima antes da cirurgia, caso haja necessidade, a enfermagem realizará minutos antes do procedimento. Essa orientação é importante, pois a depilação quando realizada com dias de antecedência, poderá ocasionar inflamação dos pêlos o que justificaria a suspensão da cirurgia;
- 10) Organizar uma bolsa com roupas leves, de preferência com botões de abertura frontal, evitando que a gola passe pela cabeça;
- 11) Levar para o hospital objetos pessoais, como escova de dente, roupas íntimas, produtos de higiene pessoal e medicamentos do seu uso de rotina.

RECOMENDAÇÕES PÓS-OPERATÓRIAS:

- 1) Banho normal com Soapex ou Protex;
- 2) Após o banho, passar álcool 70% sobre os micropores. Em caso de uso de cola, não usar álcool ou cremes;
- 3) Liberada para dirigir após 10 dias;
- 4) Não movimento os braços em excesso e elevar somente até 90 graus (altura do ombro) por 10 dias;
- 5) Não sustente peso maior que 1 kg por 30 dias;
- 6) Dormir de barriga para cima por 15 dias;
- 7) Não FUMAR por 30 dias;
- 8) Liberada para realizar exercícios físicos com as pernas após 30 dias;
- 9) Liberada para realizar exercícios físicos com os braços após 60 dias;
- 10) Utilizar o modelador cirúrgico (faixa) 24 horas por dia por 30 dias;
- 11) Não se exponha ao sol por 3 MESES e após esse período utilizar filtro solar com fator de proteção 30;
- 12) Utilize corretamente as medicações prescritas e siga rigorosamente as orientações médicas

- 13) Não consultar outros profissionais sem o conhecimento do seu médico;
- 14) Drenagem linfática será orientada pelo médico durante suas consultas pós-operatórias;
- 15) Alimentação normal a partir do segundo dia, principalmente à base de proteínas (carnes, leite, ovos) e vitaminas (frutas). Ingira bastante líquido, pelo menos 2 Litros por dia;
- 16) Qualquer dieta nessa fase de ser baseada em redução de carboidratos e açúcares, caso contrário, poderá dificultar a cicatrização;
- 17) Voltar ao consultório para curativos subsequentes e acompanhamento pós-operatório nos dias e horários estipulados. Lembre-se de levar sua lista de dúvidas para consulta;
- 18) Mesmo se estiver se sentindo bem, a ponto de esquecer que foi operada recentemente. Cuidado! A euforia poderá levá-la a um esforço inoportuno, o que determinará certos transtornos;
- 19) Não se preocupe com mudanças de formato e assimetrias nos primeiros 3 meses: as mamas não se comportam da mesma forma dos dois lados. Tire com seu cirurgião, e somente com ele, quaisquer dúvidas.

PERGUNTAS MAIS FREQUENTES:

P · A CIRURGIA DEIXA CICATRIZES?

R· Deixa. Os tipos de cicatrizes foram apresentadas durante a consulta. As cicatrizes passarão por diversas fases, assim temo:

A- PERÍODO IMEDIATO: Vai até o 30º dia e apresenta-se com aspecto pouco visível. Alguns casos apresentam uma discreta reação aos pontos ou ao curativo.

B- PERÍODO MEDIATO: Vai do 30º dia até o 6º mês. Neste período há o espessamento natural da cicatriz, bem como inicia-se uma mudança de cor, da mesma, passando para mais escuro (do vermelho para o marrom) que vai, aos poucos, clareando. Este período, o menos favorável da evolução cicatricial, é o que mais preocupa as pacientes. Como não podemos apressar o processo natural da cicatrização, recomendamos às pacientes que não se preocupem, pois, o tempo faz com que as cicatrizes fiquem cada vez melhor.

C- PERÍODO TARDIO: Vai do 6º ao 12º mês. Neste período, a cicatriz começa a tornar-se mais clara e menos consistente, atingindo, assim, o seu aspecto definitivo. Qualquer avaliação do resultado definitivo da cirurgia, no tocante à cicatriz, deverá ser feita após este período.

· P: ONDE SE LOCALIZAM AS CICATRIZES?

· R: A maioria dos cirurgiões as situam na área da aréola, podendo haver uma cicatriz adicional nos casos em que são necessários lipoaspiração e colocação de dreno. Existe uma variação que vai depender da necessidade ou não de retirar a sobra de pele, nesses casos as cicatrizes são maiores. Com o decorrer do tempo (vide item anterior), as cicatrizes tendem a ficar menos visíveis.

· P: OUVI DIZER QUE ALGUNS PACIENTES FICAM COM CICATRIZES MUITO VISÍVEIS.

· R: Certas pacientes apresentam tendência à cicatrização hipertrófica ou ao quelóide. Essa tendência, entretanto, poderá ser avaliada, até certo ponto, durante a consulta inicial, quando lhe são feitas uma série de perguntas sobre sua vida clínica pregressa, bem como a análise das características familiares e de eventuais cicatrizes prévias, que muito nos ajudam quanto ao prognóstico das cicatrizes.

· P: EXISTE CORREÇÃO PARA AS CICATRIZES HIPERTRÓFICAS E QUELÓIDES?

· R: Vários recursos clínicos e cirúrgicos nos permitem melhorar cicatrizes inestéticas, na época adequada. Não se deve confundir, entretanto, com a evolução natural do período mediato da cicatrização. Qualquer dúvida a respeito da sua evolução cicatricial deverá ser esclarecida com o seu cirurgião, que fará a avaliação do estado em que se encontra a cicatriz.

· **P: EM QUANTO TEMPO ATINGIREI O RESULTADO DEFINITIVO?**

· R: Apesar do resultado imediato ser muito bom, somente na fase mencionada como "período tardio" (vide item anterior) é que as mamas atingirão sua forma definitiva.

· **P: O PÓS-OPERATÓRIO DESTA CIRÚRGICA É DOLOROSO?**

· R: Geralmente NÃO. Este pós-operatório é bastante confortável, desde que você obedeça às instruções médicas, principalmente no que tange à movimentação dos braços, nos primeiros dias. Eventualmente poderá ocorrer manifestação dolorosa, que facilmente cederá com os analgésicos receitados pelo seu médico. Evite a automedicação. Lembrando que as áreas de lipoaspiração das mamas ou próximas costumam ser bem mais dolorosas que o restante que habitualmente está mais dormente.

· **P: HÁ PERIGO NESTA OPERAÇÃO?**

R: Todo ato médico inclui no seu bojo, um risco variável e a Cirurgia Plástica, como parte da Medicina, não é exceção. Raramente a cirurgia plástica de GINECOMASTIA determina sérias complicações. Isto se deve ao fato de se preparar convenientemente cada paciente, além de ponderarmos sobre suas eventuais complicações.

· **P: QUAL O TIPO DA ANESTESIA UTILIZADA?**

· R: Anestesia geral ou local com sedação pode ser utilizada. A escolha sempre é do anestesista.

· **P: QUANTO TEMPO DURA O ATO CIRÚRGICO?**

· R: Em média de 60 minutos até 120 minutos se necessário for. Entretanto, o tempo de ato cirúrgico não deve ser confundido com o tempo de permanência do paciente no ambiente de Centro Cirúrgico, pois, esta permanência envolve também o período de preparação anestésica e recuperação pós-operatória.

· **P: QUAL O PERÍODO DE INTERNAÇÃO?**

R: Normalmente 24 horas mas pode ser de 12 horas em casos de anestesia local e sedação. Isso depende de cada caso.

· **P: SÃO UTILIZADOS CURATIVOS?**

· R: Sim. Enfaixamento após a cirurgia e faixa elástica após o primeiro banho. Sobre a cicatriz é usual deixar curativos tipo micropore que são trocados semanalmente, sem qualquer dificuldade.

· **P: QUANDO SÃO RETIRADOS OS PONTOS?**

· R: Geralmente são utilizados pontos que são retirados até o 21º dia pós-operatório.

· **P: QUANDO PODEREI TOMAR BANHO COMPLETO?**

· R: No dia seguinte à cirurgia.

· P: QUAL A EVOLUÇÃO PÓS-OPERATÓRIA?

· R: Você não deve se esquecer que, até que se atinja o resultado almejado, as mamas passarão por diversas fases (vide itens 1 e 5). Se lhe ocorrer a preocupação no sentido de "desejar atingir o resultado definitivo antes do previsto", não faça disto motivo de sofrimento: tenha a devida paciência, pois seu organismo se encarregará espontaneamente de dissipar todos os transtornos imediatos que, infalivelmente chamarão a atenção de alguma pessoa que não se furtará à observação: "SERÁ QUE ISTO VAI DESAPARECER MESMO?" Ou "ACHO QUE SUA CIRURGIA NÃO ESTÁ BEM!" É evidente que toda e qualquer preocupação de sua parte deverá ser transmitida ao seu médico, sempre durante a consulta, que lhe dará os esclarecimentos necessários para sua tranquilidade.

· P: QUANDO PODEREI RETORNAR AOS MEUS EXERCÍCIOS?

· R: Depende do tipo de exercícios. Aqueles relativos aos membros inferiores poderão ser reiniciados até 30 dias, evitando-se o "alto impacto". Os exercícios que envolvam o tórax, geralmente devem aguardar além de 60 dias.

· P: QUANDO PODEREI TOMAR SOL?

· R: Após 60 dias. Nos casos onde tenha sido associada áreas de lipoaspiração, somente após 90 dias.

· **MUITO IMPORTANTE: FIQUE ATENTA AS DIFERENÇAS EXISTENTES DE UMA MAMA PARA OUTRA POIS NORMALMENTE OS PACIENTES SÓ PERCEBEM ESSAS DIFERENÇAS NO PÓS-OPERATÓRIO, LEVANDO A PENSAR QUE FORAM CAUSADAS PELA INTRODUÇÃO DA PRÓTESE.**

Declaro que recebi uma cópia deste "TERMO DE CONSENTIMENTO INFORMADO" assim como todos os esclarecimentos necessários sobre as informações específicas contidas neste termo sobre a cirurgia a ser realizada.


Assim, livremente e de espontânea vontade, assino o presente TERMO DE CONSENTIMENTO PÓS-INFORMADO para que a Dra. Marcela C Cammarota, C.R.M. Nº 10.006 DF possa realizar o procedimento cirúrgico de:

e para que produza os devidos efeitos legais.

DATA:

ASSINATURA DO PACIENTE ou RESPONSÁVEL:

ASSINATURA DO MÉDICO:


Marcela C. Cammarota
MÉDICA
CRM-DF 10006