

## BLEFAROPLASTIA (CIRURGIA DAS PÁLPEBRAS)

- Manter **gazinhas esterilizadas e molhadas em Soro Fisiológico gelado sobre os olhos** durante todo o dia após a cirurgia. O Soro Fisiológico deverá ficar acondicionado em um balde de gelo ou na geladeira e as gazes umedecidas de 30 em 30 minutos.
- **Não dormir de bruços.** Prefira **dormir de barriga para cima com um travesseiro mais alto** ou de lado sem comprimir a região operada.
- Lave o rosto inclusive as pálpebras operadas já no dia seguinte à operação, utilizando-se do **sabão Soapex** ou similar. Escove os dentes normalmente. É possível aparecer um **arroxeadado (equimose) em torno das pálpebras com inchaço (edema) das mesmas.** Um **lacrimejamento mais acentuado** é também comum acontecer. Estes sinais tendem desaparecer à partir do terceiro dia de pós-operatório. **Utilize o colírio** e/ou pomada oftálmica receitado no mesmo dia da cirurgia, conforme prescrito.
- Evitar dirigir automóveis nos primeiros 03 dias de pós-operatório.
- Tome seu banho de corpo inteiro no dia seguinte da cirurgia molhando inclusive o rosto e as pálpebras. Tenha sempre uma **toalha de rosto bem limpa** separada para enxugá-lo e outra toalha comum para o resto do corpo.
- No **pós alta imediato**, é importante o repouso no leito ou em cadeira com encosto reclinável de modo deixar a **cabeceira elevada a 30 graus** em relação ao resto do corpo. No dia seguinte, este **repouso é relativo**, não havendo necessidade de leito e nem cadeira reclinável.
- Tente refazer suas atividades normais dentro dos limites colocados acima. Não fique dependente. Você não está doente e pode fazer 90% de suas atividades cotidianas.
- Fique afastada(o) dos afazeres domésticos mais pesados por pelo menos 20 dias.
- **Evite** se aproximar de atividades na cozinha que produzam **vapores quentes.**
- Sempre utilizar **óculos escuros** em ambientes externos para a proteção contra a luz natural e vento.
- Qualquer esporte com bola (vôlei, basquete, futebol, sinuca, squash, boliche, ping-pong, tênis, etc.) está proibido por 03 meses.

## BLEFAROPLASTIA (CIRURGIA DAS PÁLPEBRAS)

- Ir à piscina ou à praia está permitido após 30 dias desde que se use bonés ou chapéus de aba larga, da cor preta, que cubram totalmente as pálpebras e evite a exposição ao sol.
- Ir ao consultório regularmente, como solicitado, para avaliação da evolução da cirurgia. Os pontos serão retirados geralmente no 5º dia pós operatório.
- Evitar fumar nos primeiros 30 dias de pós operatório.
- Comparecer às consultas de retorno
- Toda e qualquer **anormalidade** deverá ser **comunicada imediatamente** com a equipe médica.