

## OTOPLASTIA (CIRURGIA DAS ORELHAS)

- Procure **dormir de barriga para cima e com travesseiro macio e fofo**. Evite dormir de bruços ou de lado.
- Evitar dirigir automóveis no pós-operatório imediato.
- Tome seu **banho** de corpo inteiro no dia seguinte da alta, tomando o **cuidado de não molhar o curativo**.
- O curativo (**enfaixamento**) será **retirado em até 7 dias** de pós-operatório e **trocado por fita de bailarina** para as mulheres e **testeira de tenista** para os homens, que deverão ser usados por um **período de 30 dias** durante o dia e a noite e de 30 a 60 dias apenas para dormir. Os homens poderão usar um boné caso queiram disfarçar a testeira.
- É **normal**, após a retirada dos curativos e enfaixamento, **as orelhas se apresentarem bem inchadas e arrochadas**. Essa condição melhorará significadamente após 1 semana da cirurgia.
- **Lavar as orelhas** operadas utilizando-se o **sabão Soapex**. Usar uma toalha de rosto, especialmente reservada para enxugá-las e outra toalha para o resto do corpo.
- É necessário tomar os **analgésicos prescritos** nas horas certas. Mesmo assim é possível um certo **desconforto nas orelhas** operadas nos primeiros **02 dias** de pós-operatório.
- Não há necessidade de repouso no leito no pós alta. 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**.
- Qualquer **esporte** com bola (volei, basquete, futebol, sinuca, boliche, ping-pong, squash, tênis, etc.) está **proibido por 30 dias**.
- Ir à **piscina ou à praia** está permitido **após 30 dias** desde que se use chapéus de aba larga da cor preta que cubram totalmente as orelhas e se evite a exposição ao sol.
- Evitar fumar nos primeiros 30 dias de pós operatório.
- Comparecer às consultas de retorno.
- **Comunicar anomariedades imediatamente** com a equipe médica.