

## **CIRURGIA EM PÓS OBESOS**

Dentre os tratamentos pós obesidades, estão as cirurgias plásticas, que complementam o tratamento, retirando excessos de pele e gordura, o que proporciona melhor equilíbrio corporal e, conseqüentemente, melhoram a auto-estima e a qualidade de vida dos pacientes.

Cirurgias:

Abdominoplastia

Dermolipectomia – Cirurgia de braços e coxas

Quem pode fazer:

- Pacientes que completaram 1 ano de cirurgia bariátrica;
- Que perderam mais que 75% do excesso de peso avaliado antes da cirurgia;
- Que estejam em estabilidade de peso há, pelo menos, 18 meses;
- Que estejam em bom estado de saúde

Exames necessários

Avaliação clínica e nutricional

Avaliação cardiológica – risco cirúrgico

Recomendações importantes:

- Reeducação alimentar
- Alimentação fracionada e de menor volume
- Evitar ingestão de alimentos com gordura saturada
- Evitar ingestão de bebidas alcoólicas
- Beber líquido com freqüência
- Realizar atividade física frequentemente.

Principais informações

- Duração da cirurgia: 2h30 cada em média.
- Tempo de internação: 1 a 2 dias.
- Tempo médio de recuperação:
  - Abdome: 15 a 20 dias;
  - Mama: 30 dias;
  - Membros: 30 dias.
- Uso de cintas elásticas durante 30 dias.
- Próteses de Mama poderão ser necessárias para devolução do volume mamário.
- Drenos de aspiração podem ser utilizados (retirada na primeira consulta pós-operatória).
- É possível a realização das cirurgias associadas, porém, apenas a avaliação médica mostrará a indicação e necessidade dos procedimentos.
- A cicatriz de braquioplastia na maioria das vezes é de padrão ruim e antiestética, por isso é necessária a conversa com o cirurgião, antes do procedimento.
- Anestesia local e sedação ou peridural com sedação ou anestesia geral.

**Avaliação nutricional**

Avaliação nutricional é muito importante para que o paciente que se submeta à plástica pós obesidade tenha uma boa recuperação e cicatrização adequadas. Isto ocorre, pois o ex-obeso pode necessitar de maior ingestão de proteínas para se ter uma boa recuperação cirúrgica, entre outros suplementos recomendados. Por este motivo é importante a avaliação multidisciplinar de cada paciente.

## **Abdominoplastia - Cirurgia do Abdome**

Após a perda e estabilização do peso, algumas mudanças no corpo não podem ser alcançadas com a prática de atividades físicas. É o caso do excesso de pele nos braços, mamas, abdomen, coxas e outras regiões. Para estes casos é indicada a cirurgia plástica pós obesidade pode retirar o excesso de pele e remodelar o corpo.

## **Dermolipectomia – cirurgia dos braços e coxas**

A dermolipectomia é indicada em paciente com flacidez significativa de pele nos braços e coxas. Em pacientes com excesso de gordura, a lipoaspiração pode oferecer excelentes resultados graças à grande capacidade de retração da pele nesta região.

A remoção dos excessos de pele e de gordura da região inferior dos braços melhora o contorno local significativamente.

## **Recomendações**

- Evite tomar aspirina ou remédios contendo AAS (ácido acetil salicílico) e vitamina E, pelo menos nas duas semanas que antecedem à cirurgia, pois poderá interferir no processo de coagulação. Isto inclui Ginkgo-Biloba.
- Evite todo e qualquer medicamento para emagrecer, que eventualmente esteja fazendo uso, por um período de 10 dias do ato cirúrgico. Isto inclui também certos diuréticos.
- Evite tomar ou usar substâncias tóxicas ou drogas nas duas semanas antecedentes a cirurgia.
- Não fume nos 15 dias que antecedem a cirurgia e nas duas semanas de pós-operatório, pois poderá haver retardo da cicatrização.
- Providencie acompanhante para contato e para a alta da clínica (nome e telefone).
- Comunique ao médico se tiver episódio de erupção de qualquer tipo de herpes.
- Não se exceda em exercícios físicos, alimentos e não tome bebidas alcoólicas.
- A menstruação não é impedimento à sua cirurgia, mas de preferência programe-a para fora do período menstrual.
- Recomendamos usar roupa de algodão no dia da cirurgia.
- Comunique qualquer sinal de resfriado, conjuntivite, herpes ou infecções que surgirem na semana anterior à cirurgia. Nestes casos, o procedimento cirúrgico deverá ser transferido até a resolução do processo infeccioso.
- Não fumar por 30 dias antecedentes à cirurgia.

## Na Noite Véspera da Cirurgia

- Tome banho geral usando sabonete anti-séptico (Sabofen ou similar). Lave com especial atenção as regiões que vão ser operadas.
- Depile as axilas ou os pêlos pubianos com cuidado, evitando ferimentos ou arranhões.
- Alimentação leve até meia-noite.

- Evitar bebidas alcoólicas ou refeições muito fartas na véspera da cirurgia.
- Observar jejum total de 8 horas antes da cirurgia, inclusive água, cafezinho, balas e refrigerantes.
- Não se depilar.
- Jejum de 10 horas.

### No Dia da Cirurgia

- Tome banho geral usando sabonete neutro com atenção especial para as regiões que irão ser operadas.
- Chegue à Clínica ou Hospital no horário marcado.
- Não se esqueça de levar para a clínica ou hospital os seus exames pré-operatórios e o modelador recomendado pelo cirurgião.
- Tome somente a medicação prescrita.
- Não use cremes ou maquiagem e deixe pelo menos uma unha sem esmalte ou base.
- Venha com roupas confortáveis e folgadas, pois serão usadas por ocasião da alta.
- Traga uma pequena bolsa com objetos de uso pessoal.
- Não traga jóias ou objetos de valor.
- Ao chegar à Clínica ou Hospital, comunique na recepção o nome e o telefone do familiar ou acompanhante que virá buscá-la (o).

### Orientações pós-operatórias

- Mantenha repouso relativo nos 7 primeiros dias.
  - Não tire o modelador ou molhe o curativo neste período.
  - Evite esforços por 14 dias.
  - Siga rigorosamente a prescrição médica.
  - Não utilize outros analgésicos além dos recomendados.
  - Salvo em casos especiais, alimentação livre a partir do segundo dia, principalmente à base de proteínas (carnes, leite, ovos) e vitaminas (frutas).
  - Podem aparecer coleções líquidas (seromas – hematomas) abaixo da pele que precisam ser retiradas (procedimento ambulatorial).
  - É fundamental a massagem nas panturrilhas e exercícios físicos de membros inferiores para evitar trombose e embolia.
  - Volte ao consultório para curativos subseqüentes e controle pós-operatório nos dias e horários estipulados.
  - Após a retirada dos pontos, permaneça com o curativo de micropore por mais duas semanas.
  - Em caso de pacientes muito obesos, poderá ocorrer, após o 8º dia, a eliminação de certa quantidade de líquido amarelado ou sanguinolento, por um ou mais pontos da cicatriz. Não se preocupe, porque se isto lhe ocorrer não significa complicação.
  - Uma vez retirado o curativo, faça massagem nas cicatrizes com o creme receitado pelo médico durante 3 meses.
  - Não dirija antes de 3 semanas.
- 
- Provavelmente você estará se sentindo tão bem a ponto de esquecer-se que fez cirurgia recentemente. Cuidado! Esta euforia pode levar a esforços prematuros que poderá determinar certos transtornos.
  - A exposição ao sol pode ser feita após 30 dias gradativamente.
  - Os exercícios físicos moderados podem ser iniciados após 30 dias.
  - Natação, vôlei e musculação após 90 dias.
  - Aguarde para fazer sua "dieta ou regime de emagrecimento", após a liberação médica. A antecipação desta conduta por conta própria, poderá determinar conseqüências difíceis de serem sanadas.

- Não se esqueça de seguir rigorosamente os dias e horários para aplicação de injeção contra trombose e embolia, quando prescrito pelo médico, para o pós-operatório.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS – POR FAVOR, LEIA ATENTAMENTE**

Após as explicações supracitadas, esclarecemos que em cirurgia plástica não há promessa de resultados o que, eticamente, não fazemos.

Sua cirurgia será realizada segundo técnicas cirúrgicas consagradas e publicadas cientificamente. Nossa Equipe fará o possível para garantir a qualidade do serviço e seu bem estar, porém frisamos que não prometeremos resultados, uma vez que a própria medicina não é uma ciência exata e dependeremos da sua reação orgânica pós cirúrgica para o alcance de nossos objetivos.

**MUITO IMPORTANTE:** É comum que suas expectativas em relação à cirurgia plástica sejam maiores que os resultados obtidos, mas lembre-se que as alterações em seu corpo tornam limitadas as possibilidades da cirurgia e que ela é realizada por cirurgiões que também possuem limitações humanas.

**“Lembre-se de ler também as orientações gerais em cirurgia plástica que sempre são entregues junto com este informativo.”**

**Consulte informações sobre seu cirurgião plástico junto à Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica pelo site na internet ou pelo telefone:**

**SBCP NACIONAL**

**Fone: (11) 3826-1499 / 3826-1710**

**Site: [www.cirurgioplastica.org.br](http://www.cirurgioplastica.org.br)**

**SBCP Regional/MG**

**Fone: (31) 3275-1488**

Prezadas(os) Pacientes:

Em algumas cirurgias o tempo de realização pode exceder o pré - programado, dentro do nosso planejamento cirúrgico.

Isso ocorre devido á algumas dificuldades de realização da técnica, a alterações locais e mesmo de simetrização cirúrgica.

Em face dessa nova realidade pode ocorrer aumento dos custos financeiros que estarão a cargo das(os) pacientes, deixando claro que esses aumentos serão para clínica / hospital e anesthesiologista.