**Recomendações pós-operatórias**

1. **Alimentação**

* Líquida e /ou pastosa Fria e/ou gelada – 1 dia
* Líquida e/ou pastosa – 7 dias

1. **Higiene Bucal**

* Escovação + lavar a boca com Periogard / Noplak (2x/dia)

1. **Gelo**

* Aplique gelo sobre a face na região operada num período de 1 dia.
* Primeiras 4 horas de 15 em 15 miniutos / 15 minutos (aplicar) – 45 min (descansa).

**4. Repouso**:

-  Por 24 horas – repouso total

-  3 - 7 dias – evitar academias / práticas de esportes / esforços físicos

* 1. **Cuidados nos primeiros dias:**
* Não se expor ao sol
* Cuidar com banho quente
* Não baixar a cabeça
* Dormir com a cabeça mais alta
* Não ficar mostrando a cirurgia
* Evitar conversar
* Não ficar cuspindo
* Não usar canudos
  1. **Retorno**:

Data:

Hora:

**7-Contato**:  xxxxxx