**Recomendações pós-operatórias**

1. **Alimentação**

* Líquida e /ou pastosa Fria e/ou gelada – 2 dias (sorvete, iogurte, batidas, gelatina, frutas amassadas / verduras cozidas, sopas, caldos, purês)
* Líquida e/ou pastosa – 7 dias (massas, arroz, feijão, ovo, peixe)
* Evitar alimentos duros ou crocantes

1. **Higiene Bucal**

* Escovação região não operada + lavar região operada com Periogard ou similar (2x/dia)

1. **Gelo**

* Aplique gelo sobre a face na região operada num período de 2 dias
* Primeiro dia de 15 em 15 minutos
* Segundo dia 15 minutos de compressa / 45 minutos de descanso

**4. Repouso**:

* -  Por 24 horas – repouso total
* -  7 – 14 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
* Não fumar / não usar álcool
* 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