

Avenida Brasil, 500 - São Cristóvão
Rio de Janeiro - RJ - Brasil
Cep: 20940-070 | Tel.: 55 21 2134-5000
www.into.saude.gov.br



INSTITUTO NACIONAL DE
TRAUMATOLOGIA E ORTOPEDIA



MINISTÉRIO DA
SAÚDE

GOVERNO
FEDERAL

CENTRO DE ATENÇÃO ESPECIALIZADA DO OMBRO E COTOVELO

Para a internação traga:

- Todos os exames que possuir;
- Relação completa das medicações que usa regularmente;
- Artigos de higiene pessoal e chinelo;
Não omita nenhuma informação.

No dia anterior à cirurgia:

- Esteja de jejum após às 22h (dieta zero, nem água!);
- Não omita nenhuma informação;
- Tenha uma boa noite de sono;
- Em caso de dúvidas ou necessidades, entre em contato com a Equipe do Ombro e Cotovelo (assistente social, enfermeiras, fisioterapeuta, ortopedista, psicóloga e terapeuta ocupacional). Telefone 2134-5000

No dia da cirurgia:

- Tome um banho de chuveiro ao acordar;
- Utilize apenas água e sabonete;
- Não lave nem molhe o cabelo;
- Não utilize desodorantes, cremes hidratantes ou qualquer outro produto;

- Retire próteses dentárias, auditivas, óculos de grau, adornos (brincos, cordões, pulseiras, anéis, e etc.) antes da cirurgia e guarde-os na enfermaria.

Após a cirurgia:

- Movimente os dedos e o punho do braço operado, assim que despertar da anestesia;
- Não movimente a articulação operada, a menos que tenha orientação do seu médico para isso;
- Utilize sempre a tipoia, inclusive para dormir;
- Não levante a primeira vez, sem ajuda de algum profissional.

Em casa:

- Troque a tipoia por uma atadura para tomar banho;
- Proteja o curativo com plástico e fita adesiva para tomar banho (não molhe o curativo!);
- Troque o curativo uma vez ao dia (preferencialmente após o banho) ou mais vezes, caso necessário (o curativo deve estar sempre seco!);
- Lave bem as mãos com água e sabonete antes e depois de trocar o curativo;
- Separe um sabonete apenas para a lavagem das mãos para a troca do curativo;
- Após lavar, limpe as mãos com álcool à 70%;

- Limpe os pontos com gaze embebida em álcool à 70% e depois feche com gaze seca e esparadrapo;
- Não utilize povidine, éter, clorexidina, água oxigenada, pomadas e cremes na ferida sem orientação da equipe;
- Fique atento ao aparecimento de febre, vermelhidão e secreção na ferida operatória. Se ocorrer, entre em contato com o hospital;
- Utilize sempre a tipoia, inclusive para dormir;
- Movimente constantemente mão e punho;
- Não movimente a articulação operada, a menos que tenha orientação do seu médico para isso;
- Mantenha uma alimentação saudável, evite gorduras e condimentos.