

DR. MÁRIO PIERRY  
OMBRO E COTOVELO

## Dr. Mário Pierry

CRM 112.696 | TEOT 11.233

Graduação em Medicina - PUC SP

Residência Médica em Ortopedia e Traumatologia - UNIFESP

Especialização em Ombro e Cotovelo - UNIFESP

Especialização em Artroscopia - UNIFESP e AANA/EUA

### PÓS OPERATÓRIO

#### PROCEDIMENTO: ARTROSCOPIA DE INSTABILIDADE DO OMBRO

Você passou por um procedimento cirúrgico de reparo dos tendões do seu ombro, o que afeta, por um tempo, sua mobilidade. Por isso, todos os cuidados a seguir são importantes e imprescindíveis para a sua recuperação, que será acompanhada pelo Dr Mário e o fisioterapeuta de sua escolha.

Para começar, lembre-se sempre de movimentar a mão do ombro operado enquanto estiver com o braço imobilizado pela tipóia.

É normal, e esperado, sentir dor. Portanto, tome o medicamento indicado na receita para amenizar o desconforto.

Também é comum surgir hematomas no braço, mas não há necessidade de uso de qualquer medicação, pois o corpo vai absorver o sangue com o tempo.

#### Orientações:

**Tipóia** A tipóia deverá ser usada por 4 semanas em todos os momentos, inclusive para dormir. Retirar apenas para tomar banho.

**Curativo Tegaderm ou Opsite (plástico filme)** Manter o curativo até o retorno médico. Como o curativo é impermeável, pode molhar durante o banho. Após alguns dias, caso o curativo comece a soltar e entrar água, poderá ser retirado com cuidado.

**Pontos** Os pontos serão retirados no primeiro retorno após a cirurgia.

**Cuidados no Banho** Tire a tipóia com cuidado, estique o cotovelo e deixe o braço na lateral do corpo sem movimentar ou fazer qualquer esforço com o braço operado.

#### Restrições até início da Fisioterapia:

- Não movimentar o ombro operado
- Não fazer força
- Não carregar peso
- Não dirigir carro, moto ou bicicleta

**Fisioterapia** O tratamento de fisioterapia deverá ser iniciado por volta da 3ª ou 4ª semana após cirurgia, dependendo do tipo de lesão. Seguir orientação médica.

**Retorno** Agendar o retorno na clínica de acordo com a orientação médica dada na alta, geralmente de 10 a 14 dias após a cirurgia. *Informar qualquer intercorrência para a equipe. De acordo com cada caso, poderá haver algumas mudanças nas orientações.*

**O sucesso de uma boa cirurgia depende da dedicação do médico e do paciente.  
Estamos juntos nessa jornada! Obrigado pela confiança, Dr Mário e equipe.**