



Postectomia

Cuidados após a circuncisão

Tudo o que você precisa saber para uma recuperação tranquila e segura.

ORIENTAÇÕES PÓS-CIRÚRGICAS

Este guia reúne todas as orientações de cuidado após a sua cirurgia. Leia com atenção e mantenha-o à mão durante a recuperação.

Em caso de dúvidas, entre em contato com a equipe médica.

Dr. Alexandre Sato

UROLOGIA E CIRURGIA ROBÓTICA

Bem-vindo à recuperação

Este guia foi elaborado para orientar você nos cuidados após a **postectomia (circuncisão)**. A recuperação costuma ser tranquila e rápida — seguir as orientações abaixo é o principal fator para uma boa cicatrização e excelente resultado estético.

Importante

Os prazos e cuidados aqui descritos são **orientações gerais**. Recomendações individualizadas, prescritas pelo seu médico, devem sempre prevalecer sobre este material.

1. Primeiras 24 a 48 horas

- **Repouso relativo** em casa, com a região ligeiramente elevada para reduzir o inchaço.
- Aplicação de **compressas frias** (gelo envolto em pano) por 15 minutos, várias vezes ao dia, nas primeiras 48 h.
- Uso dos **analgésicos e anti-inflamatórios** prescritos, em horários regulares.
- **Antibiótico**, se prescrito, deve ser tomado até o fim, mesmo que você se sinta bem.
- Manter **cueca tipo boxer ou samba-canção** para apoiar a região e evitar atrito.
- Evitar permanecer muito tempo em pé ou sentado em superfícies duras nas primeiras horas.

2. Curativo e higiene

- O **curativo inicial** costuma ser retirado em 24 a 48 horas, conforme orientação.
- A partir daí, faça a **higiene local com água e sabonete neutro** durante o banho, sem esfregar.
- **Seque delicadamente** com toalha macia ou compressa.
- Aplique a **pomada cicatrizante** prescrita, conforme orientação (geralmente 2 a 3 vezes ao dia).
- Os pontos são **absorvíveis** e caem sozinhos em 2 a 4 semanas.
- É **normal** haver inchaço, hematomas (roxos), pequena secreção amarelada e desconforto leve nos primeiros dias.

3. Atenção ao urinar

- Você poderá urinar normalmente logo após a cirurgia.
- Pode haver **leve ardor** nos primeiros dias, principalmente se o jato encostar nos pontos.

- **Urinar sentado** nos primeiros dias e enxaguar a região com água ajuda a aliviar.

4. Retorno às atividades

Os prazos abaixo são orientações gerais para a maioria dos pacientes. A liberação definitiva é dada no retorno em consultório.

Atividade	Quando retomar
Atividades domésticas leves	1 a 3 dias
Trabalho de escritório	3 a 7 dias
Trabalho com esforço físico	15 a 30 dias
Dirigir	5 a 7 dias (sem opioides)
Caminhada leve	7 a 10 dias
Exercícios intensos / musculação	30 dias
Banho de mar, piscina, banheira	Após cicatrização (≈ 30 dias)
Relações sexuais e masturbação	30 a 40 dias, com liberação médica

5. Medicações e hábitos

Medicações

- Tome a medicação prescrita **nos horários certos**, sem pular doses.
- **Não use** AAS (Aspirina), Ibuprofeno e outros anti-inflamatórios sem prescrição — aumentam o risco de sangramento.
- Em caso de náuseas ou alergia, suspenda o medicamento e contate a equipe.

Alimentação e hidratação

- Mantenha boa **hidratação** (cerca de 2 litros de água por dia).
- Dieta leve nas primeiras 24 horas, retornando à alimentação habitual em seguida.
- Inclua **fibras** (frutas, verduras, integrais) para evitar constipação.
- **Evite bebidas alcoólicas** nos primeiros 7 dias e enquanto estiver em uso de antibiótico.

Tabagismo

O cigarro **prejudica significativamente** a cicatrização e aumenta o risco de infecção. Recomendamos não fumar, especialmente nas **2 semanas seguintes** à cirurgia.

6. Sinais de alerta

ATENÇÃO

Procure atendimento médico ou o pronto-socorro se apresentar:

- **Sangramento intenso** que não cessa com compressão.
- **Febre acima de 38 °C.**
- **Dor intensa** que não melhora com a medicação.
- **Inchaço progressivo** ou aspecto muito arroxeadado/enegrecido da glândula.
- **Secreção com pus**, mau cheiro ou vermelhidão importante ao redor da ferida.
- **Dificuldade ou dor importante para urinar.**
- Abertura dos pontos com exposição de tecidos.

7. Retorno ao consultório

Em geral, agendamos um **retorno entre 7 e 15 dias** para avaliação da cicatrização, e uma reavaliação em **30 a 45 dias** para liberação completa das atividades. Esses prazos podem variar conforme cada caso.

Estamos com você**Dr. Alexandre Sato**

Especialista em Urologia e Cirurgia Robótica

Em caso de dúvidas, entre em contato com o consultório. Em emergências fora do horário comercial, procure o pronto-socorro mais próximo e leve este guia com você.

Este material tem caráter informativo e educativo. Não substitui a consulta, diagnóstico ou tratamento médico individualizado.