

## CUIDADOS PÓS-OPERATÓRIOS: Biópsia Mamária

### INFORMAÇÕES GERAIS

A **biópsia mamária** consiste na colheita de uma pequena amostra de tecido para análise. É um procedimento realizado sob anestesia local, sendo fundamental o repouso da zona intervencionada nas primeiras horas para garantir a boa cicatrização e evitar complicações.

### CUIDADOS COM A ZONA DA BIÓPSIA

- **Curativo:** O penso compressivo colocado após a biópsia deve ser mantido seco e não deve ser removido nas primeiras 24 horas.
- **Banho:** Durante as primeiras 24 horas, deve evitar molhar o penso. Após este período, pode retirar o penso externo, mantendo apenas os adesivos de aproximação (se aplicados), protegendo-os da humidade direta.
- **Soutien:** Recomenda-se o uso de um soutien de desporto ou sem aros, com bom suporte, inclusive para dormir na primeira noite, para minimizar o movimento da mama e o desconforto.

### GESTÃO DO DESCONFORTO E HEMATOMA

- **Aplicação de Frio:** Pode aplicar gelo (protegido por um pano) sobre a zona da biópsia durante 15 minutos, várias vezes ao dia, nas primeiras 48 horas para reduzir o inchaço e a formação de hematoma.
- **Medicação:** É normal sentir alguma sensibilidade ou notar uma "pisadura" (equimose) no local. Utilize paracetamol se necessário, evitando o uso de aspirina (ácido acetilsalicílico) pelo risco de hemorragia.

### ATIVIDADE E ESFORÇO FÍSICO

- **Repouso:** Deve evitar esforços significativos com o braço do lado intervencionado (como carregar pesos ou praticar exercício físico intenso) durante as primeiras 48 horas.
- **Condução:** Pode retomar a condução assim que se sinta confortável e sem dor que limite os seus movimentos.

---

## SINAIS DE ALERTA (QUANDO ME CONTACTAR)

- Aumento súbito e acentuado do volume da mama (sinal de **hematoma**).
- **Hemorragia** pulsátil ou saída abundante de sangue pelo penso.
- Sinais de **inflamação**: vermelhidão intensa, calor local ou dor que não cede com analgésicos.
- **Febre** superior a **38°C**.

## RESULTADOS E CONSULTA DE SEGUIMENTO

- **Agendamento**: O relatório do exame anátomo-patológico (resultado da biópsia) demora, habitualmente, entre 5 a 10 dias úteis a estar disponível.
- Discussão de **Resultados**: Deverá agendar uma consulta de seguimento para a discussão detalhada do resultado. Esta consulta é essencial para definirmos os próximos passos do seu plano de cuidados.
- **Marcação**: Pode agendar a sua consulta através dos contactos habituais ou junto do secretariado no momento da saída.

## CONTACTOS E ACOMPANHAMENTO

### Dúvidas e Esclarecimentos

Caso tenha questões sobre os cuidados descritos neste guia ou sobre a sua recuperação, utilize os seguintes canais:

@ [geral@presafernandescirurgia.pt](mailto:geral@presafernandescirurgia.pt)

 [www.presafernandescirurgia.pt](http://www.presafernandescirurgia.pt)