

CUIDADOS PÓS-OPERATÓRIOS: Tireoidectomia Total

INFORMAÇÕES GERAIS

A **tireoidectomia total** consiste na remoção completa da glândula tireoide. Este procedimento requer cuidados específicos com a ferida operatória, a voz e a monitorização dos níveis de cálcio no organismo.

CUIDADOS COM A FERIDA OPERATÓRIA

- **Manutenção:** O penso cirúrgico (frequentemente adesivo ou biopelícula) deve ser mantido limpo e seco até à consulta de revisão.
- **Banho:** Deve evitar molhar diretamente o penso nos primeiros dias. Recomenda-se o banho do corpo para baixo ou a proteção cuidadosa da zona cervical. A humidade excessiva pode comprometer a cicatrização.
- **Posicionamento:** Nos primeiros dias, evite movimentos bruscos de hiperextensão do pescoço (olhar para cima com força). Ao dormir, pode usar uma almofada ligeiramente mais alta para reduzir o inchaço.
- **Exposição Solar:** É fundamental proteger a cicatriz do sol durante o primeiro ano (com protetor solar 50+ ou lenços) para garantir um bom resultado estético.

GESTÃO DA DOR E SENSIBILIDADE

- É normal sentir algum desconforto ao engolir ou uma sensação de "garganta irritada" (semelhante a uma amigdalite) devido à entubação anestésica.
- Utilize a medicação analgésica conforme o esquema prescrito. Não aguarde que a dor se torne intensa para tomar o comprimido.
- Pode sentir uma ligeira dormência na pele em redor da cicatriz, que habitualmente melhora com o tempo.

SUPLEMENTAÇÃO E MEDICAÇÃO ESPECÍFICA

- **Cálcio e Vitamina D:** Em alguns casos, é necessário tomar suplementos de cálcio e vitamina D temporariamente. Cumpra rigorosamente a dosagem recomendada.
- **Hormona Tiroideia:** Após a remoção total da glândula, passará a tomar diariamente o substituto hormonal em jejum. A dose será ajustada posteriormente com base em análises ao sangue.

ATIVIDADE E ESFORÇO FÍSICO

- **Repouso Relativo:** Evite atividades físicas intensas, natação ou levantar pesos superiores a 5kg nas primeiras 2 a 3 semanas.
- **Voz:** Repouse a voz nos primeiros dias. Evite gritar ou falar por períodos muito prolongados se sentir cansaço vocal.
- **Condução:** Pode retomar a condução assim que conseguir rodar o pescoço confortavelmente para ambos os lados sem dor.

SINAIS DE ALERTA (QUANDO ME CONTACTAR)

- **Formigueiros ou dormência** persistente nas pontas dos dedos das mãos, pés ou em redor dos lábios (sinal de cálcio baixo).
- Cãibras ou espasmos musculares.
- **Dificuldade respiratória** ou ruído ao respirar (estridor).
- Inchaço súbito e acentuado no pescoço (hematoma).
- Febre superior a **38°C** ou saída de **pus** pela ferida.
- Rouquidão severa ou perda súbita da voz que não melhora.

CONTACTOS E ACOMPANHAMENTO

Consulta de Seguimento

O agendamento da sua consulta de revisão será confirmado no momento da alta hospitalar ou através de contacto direto do secretariado. O acompanhamento pós-operatório é fundamental para garantir a melhor recuperação e discutir os resultados do exame anátomo-patológico.



José Presa Fernandes
Cirurgião Geral | Cirurgião de Mama

Dúvidas e Esclarecimentos

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

@ geral@presafernandescirurgia.pt

 www.presafernandescirurgia.pt