



Orientações para o **paciente cirúrgico**

Cirurgias **gastrointestinais**

O Grupo São Cristovão Saúde preparou esta cartilha com orientações que ajudará você no **processo de preparação para a cirurgia e também durante a sua recuperação, para que tudo ocorra com segurança e qualidade.**

SUMÁRIO

1. Pré-internação	03
2. O que levar para a internação	05
3. Cinta abdominal	05
4. Meia elástica	06
5. Medicamentos	06
6. Higiene	07
7. Cigarro e bebidas alcóolicas	07
8. Alimentação	08
9. Jejum perioperatório	09
10. Suplemento nutricional	11
11. Goma de mascar	12
12. Realimentação precoce	12
13. Atividades físicas	12
14. Deambulação precoce	13
15. Fisioterapia respiratória	13
16. Analgesia, procinéticos e sintomáticos	13
17. Curativos	13
18. Equipe multiprofissional	14
19. Redução do tempo de internação	15

1. Pré-internação

Você será contatado por telefone pelo hospital antes, pois receberá informações importantes sobre a sua saúde.

1.1 Exames pré-operatórios

Serão realizados exames pré-operatórios com o intuito de diminuir riscos cirúrgicos. Fique atento ao pedido de exames solicitados pelo médico e realize-os o mais breve possível.

1.2 Medicamentos

Se você utiliza regularmente anticoagulante - AAS, Clopridogel, Clexane, Marevam, Xarelto, Dabigatrana (pradaxa), Eliquis (apixabana), etc. - converse com seu médico para adequar seu medicamento e aproveite para comunicar, também, ao hospital quando receber o contato telefônico.

1.3 Alergia ao látex

Pacientes alérgicos ao látex devem comunicar ao médico e, ao receberem o contato telefônico do hospital, devem avisar sobre esse risco.

O Hospital São Cristóvão Saúde está preparado para realizar cirurgias em pacientes alérgicos ao látex através de protocolos de segurança.

1.4 Restrição ao uso de transfusão sanguínea

Caso você esteja no grupo de pacientes que não aceita receber transfusão sanguínea é necessário avisar ao médico-cirurgião e anestesista antes da realização da cirurgia.

O hospital dispõe do termo de consentimento específico para essa situação e protocolo de gerenciamento do sangue no pré, intra e pós-operatório.

Você será encaminhado para uma avaliação pré-anestésica que realizará uma avaliação da sua saúde e fará todas as orientações necessárias para que sua cirurgia seja realizada com segurança.

- Se apresentar qualquer sintoma que sugira alguma infecção (especialmente febre) antes da cirurgia, comunique ao seu médico
- Retire adornos (brincos, anéis, pulseiras, colares, cílios postiços, aplique capilar, piercing, etc.) antes de vir para o Hospital São Cristóvão Saúde e não utilize esmalte nas unhas
- Respeite o tempo de jejum pré-operatório que foi orientado
- É muito importante seguir as recomendações médicas e das equipes multiprofissionais
- Antes da cirurgia e durante a internação esclareça todas as suas dúvidas com a equipe multiprofissional



2. O que levar para a internação

É importante levar para o hospital:

- Todos o remédios de uso habitual que você utiliza em casa
- Resultados de exames
- A liberação do risco pré-operatório que o médico entregou a você na consulta cardiológica/anestésica

Não esqueça de trazer os documentos pessoais e a carteirinha do convênio. É obrigatório ter um acompanhante maior de 18 anos.

Informações e esclarecimentos serão realizados após o término da cirurgia pela equipe médica.

3. Cinta abdominal

A cinta abdominal é recomendada para uso no pós-operatório das cirurgias abdominais. Ela confere mais segurança e conforto para caminhar, diminuindo os riscos de complicações com a cicatrização da ferida operatória.

Atenção: _____

- O paciente deve medir a cintura e levar a medida até uma loja especializada em materiais cirúrgicos para adquirir no tamanho correto
- Dever ser de velcro e ter entre três e quatro “gomos”

4. Meia elástica

A meia elástica diminui o risco de trombose e reduz o inchaço das pernas no pós-operatório. Recomenda-se utilizar durante o procedimento cirúrgico e o maior tempo possível nas três primeiras semanas do pós-operatório.

Atenção:

É indicada a meia elástica, sem nylon, de média compressão, 3/4 ou 7/8, no tamanho adequado ao paciente.

5. Medicamentos

Alguns medicamentos necessitam de atenção especial nos dias que antecedem a cirurgia.

Atenção às recomendações:

- **AAS:** não há necessidade de suspensão do AAS para procedimentos de médio e grande porte, salvo em cirurgias urológicas e neurológicas (paciente apresenta mais benefícios que risco cardiológico como profilaxia primária)
- **Ticlopidina e Clopidogrel:** suspender 05 (cinco) a 07 (sete) dias antes
- **Ticagrelor:** suspender 03 (três) a 05 (cinco) dias antes
- **Prasugrel:** suspender 07 (sete) dias antes
- **Varfarina:** suspender 05 (cinco) dias antes e aguardar INR até 1,5
- **Heparina:** suspender pelo menos 06 (seis) horas antes da cirurgia
- **Eliquis** (apixabana), **Xarelto** (rivaroxabana), **Pradaxa** (dabigatrana): suspensão 48 horas antes da cirurgia. Caso o paciente possua função renal alterada, esses medicamentos devem ser suspensos 04 (quatro) dias antes da cirurgia
- **Anti-inflamatórios (Diclofenaco, Nimesulida, Cetoprofeno):** suspender 02 (dois) dias antes da cirurgia
- **Medicações via oral para diabetes:** suspender 01 (um) dia antes da cirurgia
- **Não aplicar insulina na noite anterior à cirurgia**

Medicamentos permitidos para uso

Medicamentos para hipertensão, problemas cardíacos, asma, crises convulsivas, depressão e tireóide (até mesmo no dia da cirurgia).

Na dúvida, sempre questione seu médico.

6. Higiene

Tome banho completo na noite anterior e novamente no dia da cirurgia, o mais próximo possível do horário da cirurgia.

Use toalha e roupas limpas, e não depile o local a ser operado antes da cirurgia.

A retirada dos pelos será realizada no hospital com material adequado. Após a cirurgia, mantenha o curativo da ferida cirúrgica limpo e seco, seguindo a recomendação do seu médico.

7. Cigarros e bebidas alcóolicas

Todos sabemos que o cigarro e as bebidas alcóolicas, além de outras substâncias tóxicas podem causar problemas na sua recuperação cirúrgica. O mais indicado é parar definitivamente o consumo dessas substâncias. Quanto mais tempo sem o seu uso, menos efeitos negativos.

É importante saber que o cigarro afeta e interfere profundamente na oxigenação do corpo pelo sangue, na distribuição dos nutrientes para a manutenção e regeneração da pele e dos tecidos, além de comprometer o bom funcionamento dos vasos sanguíneos, dos pulmões e das condições cardiorrespiratórias.

Sendo assim, dificulta muito o processo de cicatrização, o que pode acarretar sérios efeitos colaterais, como a necrose da pele, infecção, rompimento de suturas, manchas, queloides, tromboembolismo, entre outros aspectos agravantes. Além disso, ainda pode contribuir para deixar o paciente mais vulnerável à anestesia, criando a possibilidade de surgirem problemas que poderiam ser evitados.

A ingestão de bebidas alcoólicas no pós-operatório é proibida, pois o seu consumo pode:

- interagir com a medicação ou interferir no seu efeito
- diminuir a resistência, aumentando assim o risco de infecções
- aumentar o inchaço, pois o álcool dilata os vasos sanguíneos
- aumentar o risco de sangramentos

Para saber quando você pode voltar a ingerir bebidas alcoólicas depois de uma cirurgia, converse com seu médico e siga as recomendações.

8. Alimentação

A alimentação saudável é muito importante para o sucesso da cirurgia e para o processo de recuperação. É importante manter-se bem hidratado e evitar alimentos com alto teor de açúcar, pois a elevação glicêmica afeta o processo de cicatrização.

Evite também o excesso de sal prevenindo, dessa forma, o edema ou a hipertensão arterial.

Em contrapartida, opte por uma alimentação que possa acrescentar nutrientes importantes para a cicatrização e recuperação do organismo. Ela deve ser rica em alimentos naturais, como frutas, verduras, legumes, iogurte, queijos brancos, cereais integrais e carnes magras.

Deve-se seguir a dieta habitual até a noite anterior à cirurgia, exceto se houver orientação médica específica.



9. Jejum perioperatório

A abreviação do jejum pré-operatório tem como objetivo evitar o jejum prolongado antes da cirurgia, trazendo maior conforto para o paciente, reduz náuseas e vômitos no pós-operatório, evita desidratação, alterações da glicemia, reintrodução mais rápida da dieta oral após a cirurgia e melhora a recuperação no pós-operatório.

Assim, o paciente pode ingerir até duas horas antes do horário da cirurgia um complemento nutricional que contém carboidrato e proteína (Fresubin Jucy) ou Maltodextrina 25 g diluído em 200 ml de líquido claro.

Nem todo jejum pré-operatório necessita ser de até 12 horas.

A abreviação do jejum perioperatório em pacientes candidatos a cirurgias eletivas associa-se com menor tempo de internação hospitalar e diminuição de complicações pós-operatórias.

É possível diminuir o tempo de jejum antes da cirurgia utilizando-se uma bebida enriquecida com carboidratos de alta absorção (Maltodextrina 25 g diluído em 200 ml de líquido claro) até duas horas antes da cirurgia.

Obs.: nem todos pacientes podem fazer uso da Maltodextrina, especialmente aqueles com alguma dificuldade no esvaziamento do estômago. O seu médico indicará quando necessário.

O que eu posso ingerir:

Até 8 horas antes da cirurgia	Dieta branda	Arroz, carnes magras (assadas ou grelhadas), legumes ou verduras cozidas, frutas sem casca Não pode: frituras, alimentos gordurosos, doces e açúcares, alimentos formadores de gases e integrais
Até 6 horas antes da cirurgia	Dieta leve	Água de coco, chá, suco de cor clara, leite desnatado, 2 bolachas de água e sal ou 2 torradas e caldo de legumes Não pode: passar manteiga, requeijão ou geleia. A única bolacha permitida é de água e sal, não se deve comer bolacha recheada ou qualquer outro tipo de bolacha
2 horas antes da cirurgia	Líquido sem resíduo de gordura	Fresubin Jucy (1 unidade de 200 ml) ou Maltodextrina 25 g diluída em 200 ml de suco Clight (de cor clara) ou água de coco

ATENÇÃO: caso você não tenha ingerido o suplemento na sua residência, não esqueça de trazê-lo na sua internação!

Locais sugeridos para adquirir os complementos:

Fresubin Jucy	Drogarias
Maltodextrina	Lojas de suplementos esportivos, drogarias ou casas de produtos naturais

10. Suplemento nutricional

Fortalecer o sistema imunológico antes do procedimento cirúrgico é importante para um bom resultado, especialmente em determinadas cirurgias, e ajuda o organismo no período pré e pós-cirúrgico, diminuindo o risco de complicações, de infecção e melhorando o processo de cicatrização.

Aos pacientes oncológicos que demonstram maior susceptibilidade para fatores de risco no pós-cirúrgico, recomendamos o uso de imunomoduladores:

Impact* 200 ml: duas vezes ao dia durante 07 (sete) dias

**O Impact, além de beneficiar o paciente no preparo do sistema imunológico, também auxilia e prepara o organismo para o processo de cicatrização no pré e pós-cirúrgico, a fim de evitar riscos de infecções das feridas cirúrgicas ou provocadas por traumas. Auxilia ainda em uma rápida cicatrização de feridas, escaras, úlceras por pressão e no tratamento de pacientes oncológicos. O Impact é contraindicado para pacientes alérgicos à proteína do leite, soja e/ou peixe.*

Deve-se seguir a orientação médica e nutricional específica.

11. Goma de mascar

A goma de mascar age como um mecanismo que simula a alimentação. Dessa forma, estimula a salivação e os movimentos intestinais, reduzindo as chances de náuseas, vômitos, distensão abdominal e dor após a cirurgia.

Nem todos os pacientes podem fazer o uso da goma de mascar, especialmente aqueles com alguma dificuldade para mastigação e/ou deglutição. A equipe médica e de fonoaudiologia indicará quando necessário.

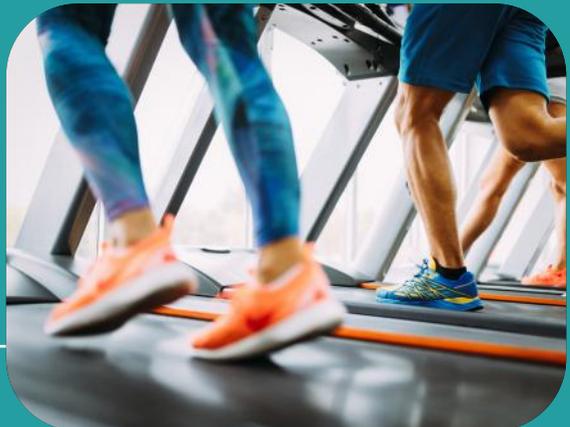
Recomenda-se fazer uso da goma de mascar três vezes ao dia por 30 minutos.

12. Realimentação precoce

A realimentação precoce no pós-operatório pode ser conduzida sem riscos e com potenciais benefícios aos pacientes como: alta mais precoce e menor incidência de complicações infecciosas.

13. Atividades físicas

Recomenda-se manter as atividades físicas habituais até a véspera da cirurgia, evitando apenas as práticas exaustivas e com risco de causar lesões na última semana antes da cirurgia.



14. Deambulação precoce

No pós-operatório é comum a sensação de insegurança em se levantar e muitas vezes estamos mais propensos a querer permanecer em repouso. Porém, permanecer fora do leito e caminhar com a ajuda da equipe de fisioterapia nas primeiras horas após a recuperação anestésica ajudará na recuperação cirúrgica, diminuindo complicações respiratórias, trombose e auxiliando no funcionamento intestinal.

15. Fisioterapia respiratória

A fisioterapia respiratória aumenta a capacidade funcional pulmonar, reduzindo chances de complicações respiratórias e risco de trombose.

16. Analgesia, procinéticos e sintomáticos

O uso de medicações analgésicas (para tirar a dor), procinéticos (para diminuir vômitos e estimular os movimentos gastrointestinais) e outros sintomáticos são de grande valor no intuito de diminuir os incômodos após a cirurgia e abreviar a recuperação cirúrgica.

A prescrição dessas medicações para uso em casa, após a alta, ajuda no controle de sintomas e diminui a necessidade de re-internações.

17. Curativos

Os cuidados e curativos da ferida operatória são muito importantes no intuito de evitar infecções e melhorar a aparência estética da cicatriz. Após a cirurgia, o médico-cirurgião ou enfermeiro farão algumas orientações relacionadas à ferida operatória, assim como os cuidados básicos com o curativo.

A equipe de enfermagem é especializada em realizar o curativo da ferida operatória. Siga todas as orientações realizadas pelo profissional de enfermagem.

Recomendações: _____

- Não molhar o curativo
- Proteger a ferida operatória durante o banho
- Manter as mãos limpas e higienizadas (água e sabão ou álcool em gel 70%)
- Observe sinais de vermelhidão, calor, dor, secreção ou febre e comunique ao seu médico ou profissional de saúde
- Na consulta pós-operatória ambulatorial será avaliada a ferida operatória, assim como sua evolução
- Realizar o curativo conforme orientação realizada pelo seu médico no momento da alta

18. Equipe multiprofissional

Com abordagem global, a atuação de equipe multiprofissional - **composta por médico, enfermagem, fisioterapeuta, nutricionista, fonoaudiólogo e psicólogo** - é fundamental para a reabilitação e compõe parte importante da recuperação cirúrgica.



19. Redução do tempo de internação

Os benefícios dos cuidados pré-operatórios impactam diretamente na qualidade e no menor tempo necessário para a recuperação cirúrgica. Estudos demonstram que só o fato de ser internado já gera um risco de infecção hospitalar de 17,6%, enquanto as chances de ter uma reação adversa a medicamentos são de 5,5% e a probabilidade de desenvolvimento de úlceras de pressão/escaras é de 3,1%.

O paciente deve permanecer internado o tempo realmente necessário para a sua recuperação, garantindo o melhor desfecho clínico, no menor tempo possível. Para que a cirurgia possa ser preparada corretamente, solicitamos aos pacientes e acompanhantes que cheguem ao local da operação no horário marcado.

É muito importante seguir as recomendações médicas e das equipes multiprofissionais.

Antes da cirurgia e durante a internação, esclareça todas as suas dúvidas com a equipe multiprofissional.





Boa cirurgia e uma **ótima recuperação!**

São
Cristóvão
saúde

Sua vida em movimento.