

Orientações multiprofissionais para o paciente que será submetido à **Cirurgia Bariátrica e Metabólica**

Elaborado pela equipe multiprofissional especializada em cirurgia bariátrica e metabólica do Sírío-Libanês.

Índice

1. Antes da sua internação hospitalar 5

2. No dia anterior à sua cirurgia 6

Para sua mala 7

3. No dia da cirurgia 8

a. Admissão hospitalar 9

Documentos necessários 9

b. Unidade de internação 10

c. Centro Cirúrgico 11

d. Durante a internação 11

Nutrição 13

Fisioterapia 13

Psicologia 14

e. Alta hospitalar 14

Retorno com a equipe multiprofissional 14

f. Em casa 15

Curativo 16

Prescrição de alta 16

4. Retorno às atividades do dia a dia 17

5. Perguntas frequentes 18

Atenção aos sinais de alerta 19



APRESENTAÇÃO

Este manual foi especialmente elaborado pela equipe multiprofissional especializada em cirurgia bariátrica e metabólica do Sírio-Libanês e tem como objetivo orientar e educar o paciente quanto aos cuidados pré e pós-operatórios, proporcionando maior qualidade e segurança do cuidado, tanto no ambiente hospitalar quanto na sua recuperação em casa. Pretendemos esclarecer as principais questões a respeito desta cirurgia, porém, em caso de dúvidas, seu médico deverá ser consultado.

1. ANTES DA SUA INTERNAÇÃO HOSPITALAR

É importante separar a documentação e arrumar tudo para sua estadia hospitalar.

Durante as consultas com seu(sua) médico(a), ele(a) solicitará avaliação clínica de outros profissionais, como endocrinologista, nutricionista, psicólogo e/ou psiquiatra, anesthesiologista, cardiologista e pneumologista (quando necessário) para garantir que você esteja apto ao procedimento cirúrgico. Além disso, alguns exames pré-operatórios, incluindo coleta de exame para COVID-19, serão solicitados para averiguação do seu estado de saúde. O ideal é que após a realização dos exames necessários você armazene toda documentação dentro de uma pasta. No dia da sua cirurgia será necessário levar essa documentação para realizar a sua estadia hospitalar.

É importante que você informe à equipe que o acompanhará antes da cirurgia os medicamentos e outras substâncias de que faz uso.

Lembre-se de informar caso tenha algum antecedente de alergia medicamentosa, em especial a antibióticos (com atenção para cefazolina, caso conheça) ou ao látex.

O setor de agendamento cirúrgico entrará em contato com você no momento em que a sua cirurgia for agendada e o procedimento for autorizado pelo seu plano de saúde. Além disso, você receberá uma

ligação para agendar a coleta para exame de COVID-19. Caso tenha coletado o exame em até 2 dias antes da cirurgia, em outro serviço de saúde, você poderá utilizar o mesmo resultado. No dia anterior a sua cirurgia enviaremos uma mensagem com as orientações e a confirmação de horário de chegada ao hospital. É de suma importância que você nos relate caso possua alguma necessidade especial.

É recomendado deixar de fumar 1 mês antes da cirurgia, pois este hábito pode prejudicar a cicatrização.

Após a cirurgia, não é recomendado voltar a fumar.

2. NO DIA ANTERIOR À SUA CIRURGIA

Avise seu(sua) médico(a) caso apresente sintomas gripais ou alguma infecção como furúnculo, foliculite, sinusite, dor de garganta, infecção urinária, entre outras.

Você deve tomar banho normalmente na véspera do procedimento.

Para a realização da cirurgia, é necessário um período de jejum, na maioria das vezes de 8 horas. Ainda assim, a critério de seu(sua) cirurgião(ã) ou do(a) anestesiológico(a), a redução do jejum poderá ser indicada, mas esta ocorrerá com suplementos específicos.

Neste caso, a redução do jejum poderá auxiliar na manutenção da hidratação e na redução de episódios de náusea e vômito.

Para mais informações consulte os materiais disponíveis em nosso site: <https://bit.ly/hslconteudos> ou posicione a câmera de seu smartphone sobre o QR Code abaixo:



Para sua mala

Solicitamos que traga roupas leves, não muito apertadas, para serem usadas no dia da sua alta hospitalar. Não é necessário trazer roupas para os dias em que você ficará internado(a), pois aqui dispomos de camisola para uso do(a) paciente. Mas, caso queira queira trazê-las, elas devem ser de fácil manuseio e colocação.

Sugerimos que traga um calçado fechado ou sandália (tipo papete) que tenha o solado emborrachado, para prevenir quedas (veja a imagem na próxima página).



Você receberá um kit de hotelaria com artigos de higiene.

Caso seja portador(a) de apneia do sono e faça uso de aparelho tipo CPAP, não é necessário trazê-lo para a internação, pois disponibilizamos aparelhos para uso nesse período. Será necessário trazer apenas a sua máscara individual e o circuito. É importante ter anotado os parâmetros que utiliza, para que possamos programar nossos aparelhos.

3. NO DIA DA CIRURGIA

Lembre-se de chegar ao hospital 3 horas antes do horário de início da sua cirurgia. O horário agendado é a hora em que o cirurgião irá iniciar o seu procedimento no Centro Cirúrgico. Antes disso, você precisará passar pela recepção do hospital para fazer seu cadastro e realizar a admissão pela equipe de enfermagem na unidade de internação.

É importante que você leve ao hospital uma lista contendo o nome dos medicamentos de uso contínuo, dosagem, frequência de uso e última dose recebida, para que não haja dúvida. A equipe médica irá avaliar

a possibilidade de manutenção ou necessidade de suspensão desses medicamentos, de acordo com sua condição clínica atual. Quando prescritos, esses medicamentos serão disponibilizados pelo hospital.

a. Admissão hospitalar

Será necessário apresentar os documentos descritos abaixo na recepção do hospital. Além disso, é necessário estar com um(a) acompanhante maior de 18 anos durante o período de internação. Caso você não tenha alguém que possa acompanhá-lo(a), o time de serviço social do hospital pode ajudar fornecendo o contato de empresas que oferecem o serviço de cuidador.

Documentos necessários:

- *Documento de identificação pessoal (RG, CNH, etc.);*
- *Carteira do convênio.*

Após realizar seu cadastro, você será encaminhado(a) para a unidade de internação. A recepção do hospital informará sobre o fluxo de visitantes e/ou acompanhantes.

b. Unidade de Internação

Caso não possua o registro no prontuário eletrônico do hospital, no momento da admissão, após se acomodar no quarto, você precisará entregar para a equipe de enfermagem a documentação descrita abaixo:

- ***Avaliação do endocrinologista, cardiologista, nutricionista, psicólogo e/ou psiquiatra e pneumologista, quando indicado.***
- ***Exames pré-operatórios:***
 - *Laboratoriais (incluindo COVID-19);*
 - *Eletrocardiograma;*
 - *Radiografia de tórax;*
 - *Endoscopia digestiva alta com pesquisa de H.pylori;*
 - *USG de abdome;*
 - *Polissonografia;*
 - *Ecocardiograma e ultrassom com doppler da carótida (para maiores 40 anos);*
 - *Avaliação pré-anestésica.*

Se, porventura, você não se consultou com a equipe de anestesia antes de sua internação, antes da cirurgia, um médico anesthesiologista lhe explicará sobre a anestesia proposta.

A equipe de enfermagem irá realizar sua admissão na unidade fazendo uma série de perguntas para que seu histórico seja coletado. Também será realizado exame físico e aferição de sinais vitais.

Fique alerta às orientações e recomendações da equipe que está cuidando de você sobre a prevenção de queda durante sua internação.

Será oferecido um sabonete líquido apropriado (clorexidina) para o banho, que deverá acontecer com duas horas de antecedência da cirurgia.

A equipe de enfermagem também irá orientar quanto a sua troca de roupa para a ida ao Centro Cirúrgico. É importante a retirada de alianças, piercings, anéis, próteses, lentes de contato ou qualquer tipo de adorno antes da sua cirurgia.

No momento do seu encaminhamento para o Centro Cirúrgico, o acompanhante, se presente, poderá ir até a porta de entrada.

c. Centro Cirúrgico

O período estimado para permanência no Centro Cirúrgico inclui o tempo de recuperação da anestesia, que é variável e tem o objetivo de garantir a sua recuperação com total segurança.

Ao término do tempo da recuperação anestésica, você será encaminhado ao apartamento por nossa equipe assistencial.

d. Durante a internação

Você e seu acompanhante receberão orientações de quanto tempo ainda ficará em jejum e liberação da dieta.

Você ficará sob os cuidados da equipe de enfermagem 24h por dia. A visita do cirurgião(ã) acontecerá diariamente. Procure anotar todas as suas dúvidas para serem esclarecidas nesse momento.

Lembre-se de solicitar auxílio da equipe assistencial para realizar as atividades de levantar e caminhar sempre que necessário. Esta ação é importante para prevenção de queda.

Ao levantar, vire-se de lado, coloque as pernas para fora do leito e eleve o tronco com auxílio dos braços. Quando caminhar, mantenha a cabeça e tronco eretos.



O uso de meias elásticas e botas pneumáticas poderá ser necessário para evitar que algum coágulo de sangue se forme quando a sua movimentação no leito for reduzida. Além disso, conforme avaliação médica, você deverá receber anticoagulantes para prevenção.



Nutrição

Conforme orientado nas consultas pré-operatórias com a(o) nutricionista, durante a internação você terá acompanhamento.

O(A) nutricionista realizará sua visita e orientação inicial em até 24h após sua internação. Sua dieta será liberada somente após a prescrição médica, e o(a) nutricionista irá orientá-lo(a) sobre ela. As refeições no hospital são entregues em horários-padrão:

- *Café da manhã, entre 7h30 e 8h;*
- *Lanche da manhã, às 10h;*
- *Almoço entre, 12h e 12h30;*
- *Lanche da tarde entre, 15h e 15h30;*
- *Jantar, entre 18h e 18h30;*
- *Ceia, entre 20h e 20h30.*

O serviço de copa estará disponível 24 horas para atendê-lo(a) por meio do ramal informado na admissão. Caso necessite, basta entrar em contato.

Fisioterapia

A equipe da fisioterapia prestará atendimento 2 vezes ao dia no pós-operatório para realizar exercícios respiratórios, que têm o objetivo de prevenir complicações pulmonares, e exercícios motores para a manutenção da força muscular e funcionalidade. Siga sempre as orientações dos fisioterapeutas para otimizar o seu processo de recuperação.

Psicologia

A cirurgia e a hospitalização podem favorecer o surgimento de alterações emocionais. O serviço de psicologia hospitalar estará à disposição, podendo ser solicitado a fim de minimizar sofrimentos associados ao processo de internação e também prepará-lo(a) para as mudanças impostas pelo emagrecimento e acompanhá-lo(a) durante todo o processo.

e. Alta hospitalar

Quando o médico realizar a visita da alta hospitalar, você pode começar a organizar seus pertences no quarto, porém você ainda precisará ter a alta da enfermagem, quando serão retirados os dispositivos e informados os horários que as medicações foram feitas. Também serão entregues as receitas e alguma medicação que esteja sob a nossa guarda. Lembre-se de pegar seus exames e objetos pessoais. Feito isso, aguarde nosso mensageiro para que o acompanhe na saída. Esperamos que sua recuperação seja breve!

Retorno com a equipe multiprofissional

Agende as consultas de retorno com sua equipe de atendimento multidisciplinar. São eles: cirurgião, nutricionista, psicólogo e endocrinologista. Caso você já faça acompanhamento com cardiologista, nefrologista ou outro especialista, poderá ser necessário agendar consulta para ajustar a dose dos medicamentos de que faz uso.

f. Em casa

Deve-se evitar uso de tapetes nos locais onde transitará para minimizar o risco de escorregões ou quedas.

Além disso, deve-se usar sapato fechado ou sandália tipo papete que permaneça firme nos pés e possua solado antiderrapante, além de roupas de fácil colocação.

As meias elásticas deverão ser utilizadas por até 10 dias após a cirurgia, durante o dia todo, sendo retiradas apenas para dormir, a fim evitar a formação de trombos.

Mantenha a orientação do nutricionista sobre intervalos, quantidade e aspecto da sua dieta de acordo com a sua aceitação e tolerância.

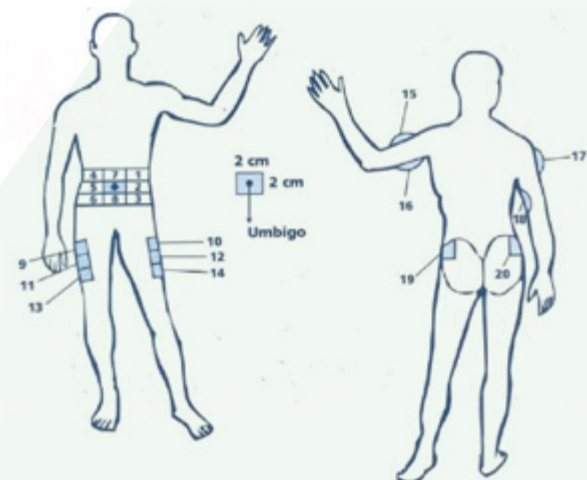
Faça uso dos medicamentos conforme orientação do seu médico.

Para mulheres em idade fértil recomenda-se não engravidar no primeiro ano após a cirurgia.

Vale ressaltar que é comum um período de adaptação após a vivência da cirurgia bariátrica; entretanto, fique atento(a) à intensidade e recorrência das manifestações emocionais, como insegurança, ansiedade e alteração de humor, que possa impactar a redução de peso. Não deixe de procurar ajuda especializada quando perceber sofrimento exacerbado ou dificuldade para gerenciá-lo.

Curativo

Você deve manter o curativo realizado no hospital 24h após a alta hospitalar. No dia seguinte, retirá-lo e lavar a ferida operatória normalmente durante o banho, secar bem o local e deixar sem cobertura. Caso seu curativo tenha alguma secreção, poderá ser necessário colocar gaze e micropore. Se, em algum momento durante a evolução, você observar que essa secreção se parece com pus ou sangue, comunique seu médico. Você também deve informá-lo caso observe que a região da incisão está vermelha, quente, inchada e/ou dolorida (sinais de inflamação). Não tome sol nas incisões.



Prescrição de alta

Caso seja prescrita alguma injeção de anticoagulante (prevenção de trombose e embolia), é importante que você faça revezamento dos locais onde aplicará a injeção, conforme figura acima.

4. RETORNO ÀS ATIVIDADES DO DIA A DIA

Você estará apto para realizar os afazeres domésticos leves a partir do 16º dia pós-operatório. As tarefas domésticas mais pesadas (como mudar os móveis de lugar, levantar cesto de roupas etc.) deverão ser realizadas somente após 60 dias da cirurgia.

A relação sexual está liberada após 15 dias.

Para dirigir, o tempo de repouso vai depender do câmbio do seu carro. Se for manual, você poderá dirigir após 30 dias; caso seja automático, após 15 dias.

Inicialmente, você poderá se locomover devagar e em terrenos planos. A caminhada deve ser leve logo após a alta e um pouco mais vigorosa após 15 dias, mais intensa somente após 30 dias. Caso você possua escada em sua residência, ao subir os degraus use o apoio de uma pessoa ou corrimão, utilize a força dos membros inferiores e suba devagar.

Exercícios físicos com carga para membros superiores e inferiores deverão acontecer somente após 30 dias, e com carga para o abdome somente após 60 dias.

O retorno ao trabalho será liberado após 15 dias; entretanto, caso seja um trabalho braçal, você estará liberado somente após 60 dias.

5. PERGUNTAS FREQUENTES

1. Em quanto tempo meu peso vai estabilizar? Devo esperar quanto tempo para comprar roupas de numeração menor?

A perda de peso estimada é de 5 a 10% no primeiro mês, e 15 a 20% ao final do terceiro mês após a cirurgia. Com 6 meses, estima-se que haja uma perda de 30%. O peso será estabilizado por volta dos 12 a 18 meses pós-procedimento.

2. Quando poderei ingerir bebida alcoólica?

Após 90 dias da cirurgia, se houver liberação médica.

3. Preciso voltar ao hospital para a retirada dos pontos?

Não é necessário, pois utilizamos fios que são absorvidos pelo seu corpo ou caem espontaneamente.

4. Posso tomar sol normalmente?

Não é recomendado tomar sol até que a incisão esteja com a mesma coloração da sua pele, devido à cicatrização.

Atenção aos sinais de alerta

Caso você sinta algum dos sintomas abaixo, será necessário entrar em contato com a equipe médica:

- *Dor que não passa mesmo tomando o analgésico prescrito e/ou de forte intensidade;*
- *Vômitos;*
- *Febre;*
- *Falta de ar;*
- *Inchaço, vermelhidão, aumento de temperatura e/ou dor nas pernas.*



**HOSPITAL
SÍRIO-LIBANÊS**

hsl.org.br

