

Cuidados Pós-Cirurgia Cardíaca

Bem-vindo à sua Recuperação!

Parabéns pela sua cirurgia! Agora é fundamental seguir algumas orientações para garantir uma recuperação segura e eficaz.

Este folder contém informações importantes sobre os cuidados com a seu sitio cirúrgico (área do corpo onde foi realizada a cirurgia).

CUIDADOS COM O CURATIVO

- LAVE AS MÃOS ANTES E DEPOIS DE TOCAR A FERIDA OU O CURATIVO.
- REALIZE O BANHO NORMALMENTE, COM ÁGUA CORRENTE E SABONETE NEUTRO; SEQUE PRIMEIRO A FERIDA E DEPOIS AS DEMAIS ÁREAS DO CORPO.
- NÃO ESFREGAR A FERIDA, É UMA PELE FRÁGIL E PODE CAUSAR LESÕES.

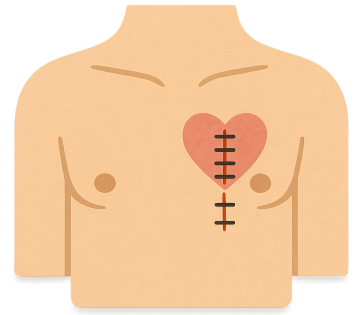
OBSERVAÇÃO DIÁRIA DA FERIDA:

– VERIFIQUE SINAIS DE INFECÇÃO: VERMELHIDÃO INTENSA, CALOR LOCAL, DOR AUMENTADA, INCHAÇO, SAÍDA DE PUS OU MAU CHEIRO.

TROCA DE CURATIVO:

SIGA A ORIENTAÇÃO MÉDICA SOBRE QUANDO E COMO TROCAR O CURATIVO.





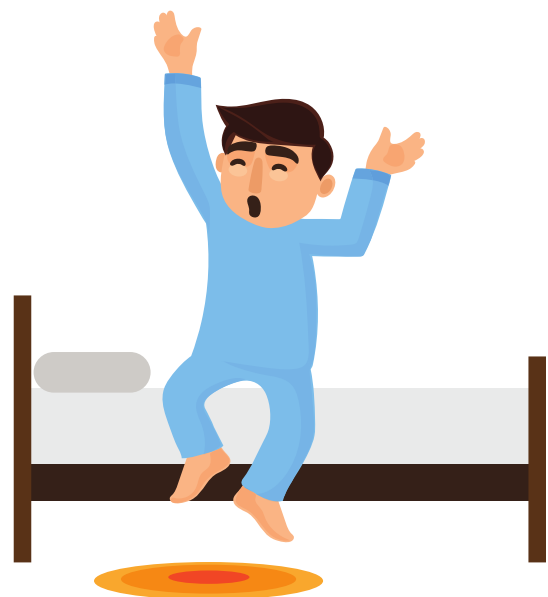
PRESERVAÇÃO DA CICATRIZAÇÃO DO ESTERNO

MOVIMENTAÇÃO E PROTEÇÃO DO ESTERNO

- NÃO DEITAR DE LADO, NÃO DIRIGIR, NÃO PEGAR PESO COM OS BRAÇOS POR 3 MESES. AGUARDE A LIBERAÇÃO DO SEU MÉDICO
- – NÃO EMPURRE OU PUXE OBJETOS PESADOS.
- USE AS TÉCNICAS DE ABRAÇO DO TRAVESSEIRO AO TOSSIR OU ESPIRRAR:
- SEGURE UM TRAVESSEIRO CONTRA O PEITO PARA PROTEGER O ESTERNO E REDUZIR A DOR.
- EVITE MOVIMENTOS BRUSCOS OU TORÇÕES DO TRONCO.

LEVANTANDO-SE DA CAMA OU CADEIRA

- USE A TÉCNICA “EM BLOCO” PARA SE LEVANTAR: ROLE PARA O LADO, COLOQUE AS PERNAS PARA FORA DA CAMA E EMPURRE COM OS BRAÇOS E COTOVELOS, EVITANDO APOIAR PESO SOBRE O TÓRAX.
- EVITE EMPURRAR COM FORÇA COM UM BRAÇO SÓ.



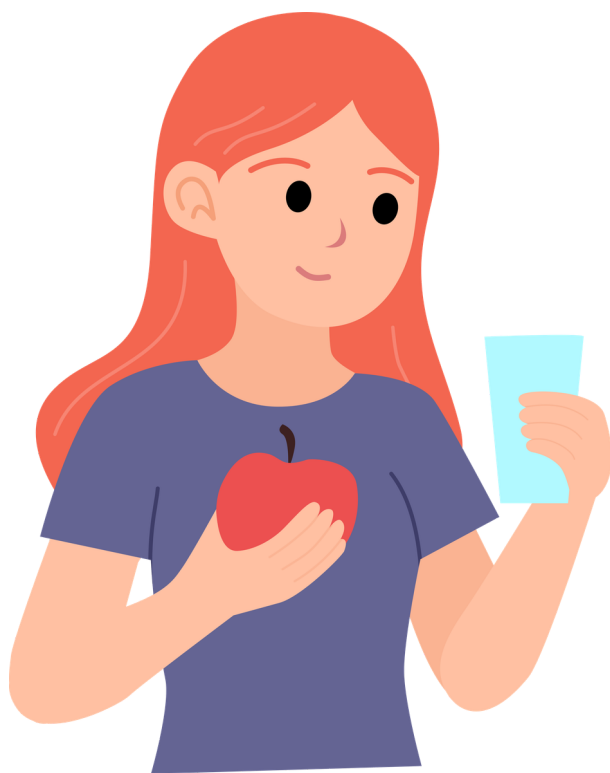
ATIVIDADES FÍSICAS E EXERCÍCIOS

- CAMINHADAS LEVES SÃO GERALMENTE LIBERADAS PRECOCEMENTE, CONFORME ORIENTAÇÃO MÉDICA OU FISIOTERAPÊUTICA.
- EVITE EXERCÍCIOS DE FORÇA OU IMPACTO ANTES DA LIBERAÇÃO MÉDICA.
- RESPEITE PAUSAS E SINAIS DO CORPO (CANSAÇO EXTREMO, FALTA DE AR, DOR NO PEITO).



NUTRIÇÃO E HIDRATAÇÃO

- MANTENHA DIETA EQUILIBRADA, RICA EM PROTEÍNAS (AJUDA NA CICATRIZAÇÃO).
- EVITE EXCESSO DE SAL E GORDURAS SATURADAS (PROTEGE O CORAÇÃO).
- HIDRATE-SE BEM.



CONTROLE DE COMORBIDADES

- MANTENHA CONTROLE RIGOROSO DO DIABETES, SE HOVER.
- CONTROLE A PRESSÃO ARTERIAL CONFORME ORIENTAÇÃO MÉDICA.
- ABSTENHA-SE TOTALMENTE DO TABAGISMO.
- EVITE ÁLCOOL OU OUTRAS DROGAS.



RETORNO AO MÉDICO

- RESPEITE O CRONOGRAMA DE CONSULTAS.
- LEVE ANOTAÇÕES SOBRE QUALQUER ALTERAÇÃO OU DÚVIDA.
- SIGA RIGOROSAMENTE AS ORIENTAÇÕES SOBRE MEDICAÇÃO.

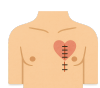


SINAIS DE ALERTA

Procure o serviço de emergência!



Febre acima de 38°C persistente.



Saída de pus ou secreção com mau cheiro da ferida.



Dor intensa e que piora.



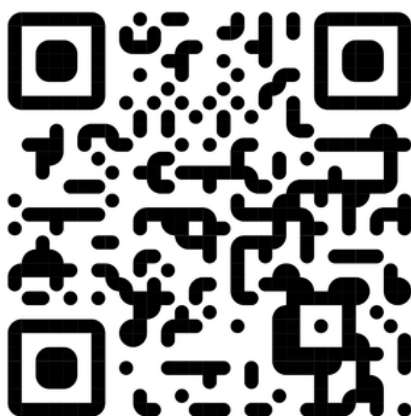
Estalo ou sensação de movimento anormal no osso esterno.



Falta de ar intensa ou dor no peito.



Em 30 e 90 dias após sua cirurgia, você receberá um link com orientações importantes para seu acompanhamento. Para acessá-lo, você pode aguardar o link por e-mail ou mensagem de texto, ou, se preferir, escanear o QR Code com a câmera do seu celular. Preencha seus dados com atenção — isso ajuda sua equipe médica a acompanhar sua recuperação com mais segurança e cuidado.



**HOSPITAL
SANTA CECÍLIA**