



## Quais os principais cuidados após uma cirurgia?

*O pós-operatório é uma etapa importante e não deve ser negligenciado. Descubra, com médica cirurgiã do São Cristóvão Saúde, com o que se atentar durante essa etapa*



Engana-se quem pensa que uma cirurgia se encerra no momento da alta hospitalar. O processo do pós-operatório exige cuidados tanto quanto as etapas pré-operatórias e cirurgia. Afinal, o zelo com o local da operação, independentemente do tipo de cirurgia realizada, é o que dita grande parte do resultado. Segundo dados da OMS, cerca de 234 milhões de pacientes são operados por ano em todo o mundo e, desses, sete milhões apresentam complicações no pós-operatório, seja por alguma negligência ou falta de higiene.

De acordo com a Dra. Marta Lima, médica cirurgiã do Grupo São Cristóvão Saúde, “Após a anestesia, ainda no hospital, é normal sentir sono, sensação de zozura e até enjoos e desconforto, que são melhorados com as medicações. Porém, sempre que a cirurgia te possibilite caminhar, esse movimento é um dos principais fatores de melhoria, pois ativa nossos sistemas”, aconselha a especialista.

Mas, caso sejam cirurgias em locais como perna, pés ou quadril, por exemplo, é imprescindível aguardar a liberação do cirurgião para se levantar, destaca Dra. Marta. Para esses casos, existem precauções adicionais. Por exemplo, a cirurgia de quadril requer que o paciente seja movimentado e posicionado de forma a não deslocar o quadril, e a equipe médica seguirá protocolos de posicionamento para evitar causar lesões no paciente.

### **Pós-operatório e alimentação**

Alimentos leves, líquidos ou de fácil digestão são os recomendados a quem está se recuperando de uma cirurgia. A especialista explica que, como o organismo está focado na recuperação da região operada, quanto menos esforço na digestão, melhor. “Quando as cirurgias são diretamente no estômago ou em órgãos abdominais, dietas específicas serão direcionadas a esse paciente, orientadas pelo cirurgião ou pela nutricionista”, comenta. Nesses casos de repouso acamado, deve-se incentivar a alimentação por via oral, e pode ser necessária alimentação por sonda ou, raramente, nutrição parenteral.

Sinais de infecção ou inflamação, vermelhidão, febre, dor e inchaço permanente na região da cicatriz são um alerta para procurar o médico ou o pronto-socorro, e sintomas como náusea, constipação e até mesmo a dor são esperados. Além disso,

deve-se evitar a exposição ao sol e o uso de produtos inapropriados na região operada.

Por fim, o paciente deverá seguir as instruções dadas pela equipe médica, sendo imprescindível que tire todas as dúvidas que surgirem ao longo desse processo. “Os horários dos remédios devem ser respeitados, além da forma de administração recomendada. Qualquer dúvida sobre a receita, pergunte antes de ir pra casa”, recomenda a cirurgiã, Dra. Marta.

