

**Manual de Orientações Perioperatórias  
para o(a) Paciente Submetido(a) à**

# **Cirurgia Bariátrica e Metabólica**

Elaborado pela Equipe Multiprofissional Especializada em  
Cirurgia Bariátrica e Metabólica do Hospital Sírio-Libanês.



**HOSPITAL  
SÍRIO-LIBANÊS**

# 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(a) 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 dessa cirurgia, porém, em caso de dúvidas, seu(sua) médico(a) deverá ser consultado(a).

# Sumário

1. Antes da sua internação hospitalar p. 4

2. No dia anterior à sua cirurgia p. 4

2.1. Para sua mala p. 5

3. No dia da cirurgia p. 6

3.1. Admissão hospitalar p. 6

3.2. Unidade de internação p. 7

3.3. Centro Cirúrgico p. 8

3.4. Durante a internação p. 8

3.5. Alta Hospitalar p. 10

3.6. Em casa p. 11

4. Retorno às atividades do dia a dia p. 13

5. Perguntas frequentes p. 14

5.1. Atenção aos sinais de alerta p. 15

## 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(as) profissionais, como endocrinologista, nutricionista, psicólogo(a) e/ou psiquiatra, anestesiologista, cardiologista e pneumologista (quando necessário) para garantir que você esteja apto(a) 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 a documentação dentro de uma pasta. No dia da sua cirurgia, será necessário levar essa documentação para realizar sua estadia hospitalar.

**É importante que você informe à equipe que o(a) 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 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 à 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 esse 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) anestesiologista, a redução do jejum poderá ser indicada, mas esta ocorrerá com suplementos específicos. Nesse 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://www.hospitalsiriolibanes.org.br/materiais-informativos> ou

posicione a câmera do seu smartphone sobre o QR Code abaixo:



## 2.1. 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 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 a seguir).



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 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(a) cirurgião(ã) iniciará 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 avaliará 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.

### 3.1. 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 ofereçam 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.

### 3.2. 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 de endocrinologista, cardiologista, nutricionista, psicólogo(a) 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 de 40 anos);
- Avaliação pré-anestésica.

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

A equipe de Enfermagem irá realizará sua admissão na unidade, fazendo uma série de perguntas para que seu histórico seja coletado. Também serão realizados 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 2 horas de antecedência da cirurgia.

A equipe de Enfermagem também irá orientará quanto à 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(a) acompanhante, se presente, poderá ir até a porta de entrada.

### 3.3. 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 sua recuperação com total segurança.

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

### 3.4. Durante a internação

Você e seu(sua) 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(a) 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 se levantar e caminhar sempre que necessário.

Essa ação é importante para a prevenção de queda.

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



O uso de meias elásticas e botas pneumáticas poderá ser necessário para evitar que algum coágulo de sangue se forme quando 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 o(a) 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 o(a) orientará 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 de Fisioterapia prestará atendimento no pós-operatório, conforme avaliação, para realizar exercícios respiratórios, com 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 seu processo de recuperação.

## Psicologia

A cirurgia bariátrica é um procedimento que pode causar mudanças psicológicas significativas, tanto antes como depois da cirurgia. Por isso, o acompanhamento psicológico é fundamental para preparo e sucesso no tratamento.

A avaliação pré-operatória e o seguimento após a alta hospitalar têm como objetivo garantir que o(a) paciente esteja emocionalmente preparado(a) em relação às mudanças de estilo de vida. A identificação de possíveis necessidades de cuidado em saúde mental e sustentação emocional nas mudanças físicas, emocionais e sociais ocorrerá.

O acompanhamento pré e pós-cirúrgico deve ser realizado ambulatorialmente e o seguimento durante a internação é oferecido sempre que a equipe identificar necessidade de suporte e/ou por solicitação do(a) paciente.

## Farmácia

Durante a hospitalização, a equipe de Farmácia Clínica acompanhará seu tratamento medicamentoso, garantindo eficácia e segurança por meio da análise técnica da sua prescrição médica. O farmacêutico também confirmará seus medicamentos de uso contínuo; por isso, é importante que você tenha uma lista atualizada desses medicamentos (se houver) e forneça esses dados sempre que solicitado.

## 3.5. Alta hospitalar

Quando o(a) médico(a) realizar a visita da alta hospitalar, você pode começar a organizar seus pertences no quarto, mas 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 nossa guarda. No momento da sua alta hospitalar, será realizada orientação quanto ao uso de medicamentos receitados e cuidados específicos para recuperação pós-operatória. Caso seu(sua) médico(a) tenha entregue receituários durante as consultas pré-cirúrgicas, lembre-se de compartilhar o fato com o(a) farmacêutico(a) no momento da orientação de alta. Lembre-se de

pegar seus exames e objetos pessoais. Feito isso, aguarde nosso(a) mensageiro(a) para que o(a) 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(ã), nutricionista, psicólogo(a) e endocrinologista. Caso você já faça acompanhamento com cardiologista, nefrologista ou outro(a) especialista, poderá ser necessário agendar consulta para ajustar a dose dos medicamentos de que faz uso.

### 3.6. Em casa

Deve-se evitar o 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 de evitar a formação de trombos.

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

Após a cirurgia, pode ocorrer alteração no efeito dos medicamentos como aumento ou diminuição da sua ação, em razão da redução do tamanho do estômago e do intestino, que são responsáveis pela absorção dos medicamentos e das vitaminas.

Nas primeiras semanas após a cirurgia, pode haver dificuldade em ingerir alguns medicamentos, como comprimidos ou cápsulas grandes. Dessa forma, dê preferência às formas farmacêuticas líquidas, como soluções orais em “gotas”, comprimidos dispersíveis (dissolvem na boca ou podem ser dissolvidos em água), comprimidos mastigáveis e comprimidos para uso sublingual.

Caso seja necessária a utilização de comprimidos, estes podem ser ingeridos macerados, conforme orientação médica. Os comprimidos que possuem sulco (sinal de divisão) podem ser triturados até que se forme um pó fino e dissolvidos com um pouco de água, formando uma suspensão.

Antes de macerar o medicamento, consulte o(a) farmacêutico(a) caso este possua em seu nome as seguintes siglas: **CR, XR, LA, SR, CD, ER, Oros, DR e HBS**. Essas siglas identificam que o medicamento possui um sistema de

liberação modificada do princípio ativo durante o processo de absorção do medicamento, não sendo recomendado partir, triturar ou macerar o comprimido.

No caso de utilização de cápsulas, estas devem ser abertas e o conteúdo (medicamento) dissolvido com um pouco de água mineral, formando uma suspensão.

Os medicamentos devem ser ingeridos imediatamente após o preparo e não se deve misturar um medicamento com o outro.

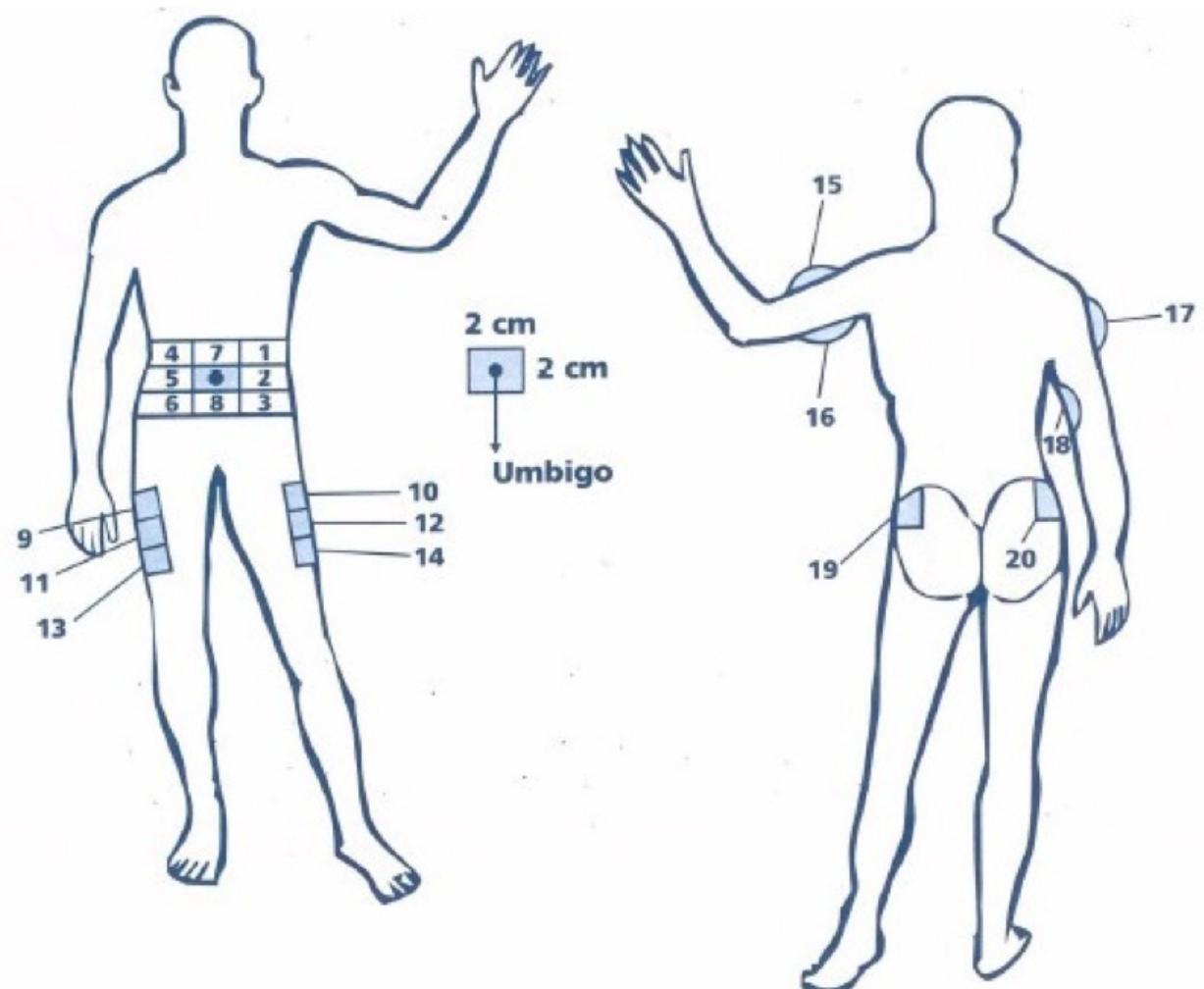
## **Curativo**

Você deve manter o curativo realizado no hospital 24h após a alta hospitalar. No dia seguinte, retire-o e lave a ferida operatória normalmente durante o banho, seque bem o local e deixe 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 o fato ao(à) seu (sua) médico(a). Você também deve informá-lo(a) 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 anticoagulante (para prevenção de trombose e embolia), é importante saber que são medicamentos indicados para pacientes que apresentem alto risco de desenvolver trombose e isso pode depender de fatores de riscos clínicos ou determinadas situações como trauma, cirurgias prolongadas, imobilização, hospitalização prolongada, doenças cardíacas ou respiratórias graves, infecção grave, entre outros.

O tempo para a utilização da quimioprofilaxia pode variar, dependendo da condição do(a) paciente. É muito importante usar o medicamento durante todo o período recomendado pelo(a) médico(a), fazendo revezamento dos locais onde aplicará a injeção, conforme figura abaixo.



Avise seu(sua) médico(a) ou dentista que você está fazendo uso de anticoagulante antes de realizar procedimentos invasivos, como cirurgias, em razão do maior risco de sangramento que esse remédio pode causar.

Fique atento(a) aos sinais e sintomas de sangramento (hematomas e manchas vermelhas na pele persistentes e/ou que aumenta de tamanho, sangramentos gengivais, urina avermelhada ou acastanhada). Comunique ao(à) seu(sua) médico(a) imediatamente a presença desses sintomas ou a presença de sangramentos que não parem espontaneamente.

Prefira utilizar esse remédio sempre nos mesmos horários para que não haja esquecimentos. Se esquecer, aplique assim que lembrar. Porém, se for muito próximo do horário da próxima dose, pule a dose esquecida. Não tome 2 doses ao mesmo tempo ou doses extras para compensar a esquecida.

## 4. Retorno às atividades do dia a dia

Você estará apto(a) 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 estará 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(a) 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% no 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, em virtude da cicatrização.

## 5.1. 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**

[hospitalsiriolibanes.org.br](http://hospitalsiriolibanes.org.br)

