

## Orientações antes da Internação para Cirurgia Cardíaca :

Antes da internação para sua cirurgia cardíaca, é importante que você se prepare adequadamente.

### Orientações sobre Medicação:

Quando a sua cirurgia for agendada pelo seu cirurgião cardiovascular, é muito importante que você siga as orientações sobre modificações na sua medicação. É possível que alguns medicamentos sejam suspensos por um período ou que outros sejam incluídos na prescrição médica. Seu cirurgião deve ter entregue a você uma folha contendo orientações sobre quais medicamentos você deve suspender – e quando. E, caso tenha sido acrescentada alguma medicação, também estarão especificadas as datas de seu início e término.

### Recomendações antes da internação:

Caso você seja fumante, é importantíssimo a suspensão total do fumo pelo menos 30 dias antes da cirurgia cardíaca. Além do mal crônico do cigarro, ele também aumenta o risco de trombose no pós-operatório imediato e acentua o risco de complicações pulmonares.

Pelo menos 10 dias antes da cirurgia cardíaca, não ingira bebidas alcoólicas em hipótese alguma. A ingestão de bebidas alcoólicas interfere diretamente na possibilidade de aumento de hemorragias na sua cirurgia.

Não utilize nenhum medicamento não prescrito pelo seu médico clínico ou cirurgião. Caso haja uma situação de exceção, que necessite a ingestão de alguma medicação não prevista, consulte seu cardiologista clínico.

Se você tiver algum problema dentário ou estiver realizando algum tratamento dentário, é importante que você finalize antes da internação, principalmente se você for submetido a uma cirurgia de válvula. Comunique seu cirurgião ou a enfermeira da equipe caso esteja realizando algum tratamento.

Caso você tenha alguma intercorrência, como dor no peito, falta de ar ou mal estar no período em que você está aguardando sua internação, sugerimos que procure seu cardiologista ou a Emergência do nosso Hospital. Não hesite em procurar auxílio. Na dúvida se o que você está sentindo é ou não relevante, vá ao hospital.

### Orientações para o Dia da Internação

Normalmente, a internação ocorre na véspera da cirurgia. Em alguns casos, por conta de determinadas medicações, pode ser necessário internar alguns dias antes. Estas explicações serão amplamente fornecidas por seu Cirurgião Cardiovascular na consulta pré-operatória.

### O que levar ao Hospital

Compareça ao hospital no horário previamente estabelecido e dirija-se ao Setor de Internação. É fundamental que você traga todos os seus exames. Você deve trazer também o seu material de higiene pessoal, roupas, documentos pessoais e do convênio (se for o caso). É importante também vir com um acompanhante, se for possível.

## Avaliação Clínica

Depois de passar pelo Setor de Internação, você será acompanhado até seu quarto na UTI. Lá, você receberá a visita de uma enfermeira e do médico plantonista. Eles realizarão uma nova verificação de todos os seus exames pré-operatórios e uma avaliação clínica. Exames adicionais poderão ser solicitados, tais como: Raio X, eletrocardiograma e exames de sangue e de urina.

Caso você tenha tido algum problema de saúde nos dias que antecederam a sua internação, você deve informá-los. Assim, seu Cirurgião Cardiovascular e seu Cardiologista serão comunicados e avaliarão a manutenção da data da sua cirurgia, levando sempre em consideração a sua segurança.

## Jejum para a Cirurgia

O período de jejum é variável e será prescrito pelo médico Anestesista na véspera da cirurgia. Normalmente, varia entre 8 e 10 horas. Neste período, você não deve ingerir alimento algum, nem mesmo água.

## Orientações para o Dia da Cirurgia Cardíaca

Procure manter-se calmo e confiante. Seu Cirurgião Cardíaco e todos os profissionais envolvidos estão preparados para atendê-lo.

É importante lembrar que, apesar tudo estar em ordem para a sua cirurgia cardíaca, existe a possibilidade de transferência de data ou de horário do seu procedimento. Isso pode ocorrer devido a cirurgias de emergência, falta de sangue do seu tipo no hospital, alterações de seus exames ou outros motivos de força maior.

Se a sua cirurgia for adiada, não se preocupe. Toda a equipe estará ciente da necessidade de alteração de data ou de horário antes de iniciar o seu preparo para o Centro Cirúrgico. Além disso, todos os profissionais estarão envolvidos para que o seu procedimento aconteça o mais breve possível, dentro dos preceitos de segurança para você.

## Preparação para a Cirurgia

No dia da cirurgia, a equipe de enfermagem irá lhe auxiliar a se preparar para o seu procedimento. Uma série de cuidados devem ser tomados a fim de auxiliar na prevenção de infecções.

## Tricotomia

A tricotomia é a raspagem dos pelos. É necessária para facilitar o ato cirúrgico e para evitar infecções. Ela será realizada pela Enfermagem, aproximadamente 2 horas antes da sua cirurgia, no seu quarto. As áreas a serem tricotomizadas dependem do tipo de cirurgia que você irá realizar. Após a tricotomia, será dado um banho com solução anti-séptica degermante e, na sequência, será aplicada uma solução antisséptica em toda região tricotomizada. É fundamental que você não use desodorante, perfume, cremes hidratantes ou qualquer outro produto após estes cuidados. Você então estará pronto para vestir uma roupa especial, do hospital, que é a vestimenta adequada para a sua cirurgia.

## Higiene Oral

Escove bem os dentes, faça gargarejo com antisséptico bucal. Se você tiver prótese dentária, retire-a e deixe com seu acompanhante.

## Outras Orientações para o Dia da Cirurgia

É importante também que você retire esmalte das unhas, jóias e outros adereços, lentes de contato, grampos de cabelo ou peruca. Os homens devem se barbear.

## Encaminhamento ao Centro Cirúrgico

Você será encaminhado ao Centro Cirúrgico em uma maca. Você já terá ingerido a medicação pré-anestésica e estará um pouco sonolento. Seus familiares poderão lhe acompanhar até a porta do Centro Cirúrgico. Lá chegando, você será encaminhado à Sala de Cirurgia, onde o médico Anestesista e a equipe de enfermagem estarão lhe aguardando.

## Durante a Cirurgia

Em geral, a duração das cirurgias cardíacas é superior a 4 horas. O tempo de cirurgia não representa fator de risco e é muito variável, pois depende do tipo de doença que será tratada e se existem outras doenças associadas, entre outros fatores.

Logo que você entrar no Centro Cirúrgico, você será preparado para a cirurgia cardíaca. A equipe de enfermagem e o médico Anestesista lhe acolherão e orientarão para que você se mantenha calmo e confiante.

O preparo se inicia com a colocação de adesivos para monitorização cardíaca nas suas costas. Em seguida, você receberá a medicação anestésica. Para tal, será punctionada uma veia do seu braço, procedimento que não causa dor. A partir de então você irá adormecer.

Durante a sua cirurgia, seus familiares poderão permanecer na sala de espera do Hospital. Assim que sua cirurgia terminar, seus familiares serão avisados e o seu Cirurgião Cardiovascular irá conversar com um familiar para fornecer informações sobre o seu procedimento.

Se você tem alguma dúvida ou precisa de algum esclarecimento sobre as orientações para o dia da cirurgia, não hesite em perguntar. Tanto seu cirurgião cardiovascular quanto a equipe de Enfermagem estarão preparados para atendê-lo. Salientamos que as orientações aos pacientes aqui contidas não substituem as orientações prescritas pelo seu médico.

## Orientações sobre o Pós-operatório na UTI

Após a cirurgia cardíaca, você seguirá para a Unidade de Terapia Intensiva.

## Chegada à UTI

Ao término da cirurgia, você será encaminhado para a UTI – Unidade de Terapia Intensiva, onde permanecerá por, pelo menos, dois dias.

Você irá para a UTI ainda dormindo, sob efeito da anestesia. Seu despertar da cirurgia cardíaca começará algumas horas depois.

Na UTI, os pacientes ficam em seus leitos cobertos por um lençol e sem roupa, para facilitar o atendimento no caso de necessidade de alguma intervenção de urgência.

Durante a sua permanência na UTI, é fundamental que você colabore ao máximo com tudo o que lhe for solicitado pela equipe multiprofissional que o assiste.

#### Tubo Respiratório

Esta é uma importante informação sobre o pós-operatório na UTI. Ao acordar, você estará com um equipamento em sua boca, um tubo, que estará auxiliando sua respiração. Ele não causará dor alguma, apenas uma sensação de incômodo, mas impossibilitará você de falar por um período. Apesar disso, não se preocupe, pois a equipe da UTI é treinada para lhe auxiliar caso necessite de algo. Procure manter-se calmo e relaxado. Assim que estiver bem acordado e respirando sozinho, este equipamento será retirado.

Após a retirada do tubo respiratório, é comum a sensação de sede e de boca seca. A equipe da UTI irá lhe oferecer água em pequenas quantidades.

Você notará também que os seus braços podem estar com movimentos limitados. Essa ação é para evitar que você desconecte algum aparelho enquanto ainda não estiver bem desperto.

#### Dor e Medicação

Durante o pós-operatório na UTI, você será continuamente medicado para dor e, por esse motivo, a sensação de dor no pós-operatório não é significativa. Porém, se sentir algum desconforto, comunique a enfermagem, pois o médico da UTI poderá lhe dar medicação suplementar.

#### Alimentação

Após 6 a 8 horas da retirada do tubo respiratório, você poderá ingerir alimentos em forma líquida. No primeiro dia após a sua cirurgia, ainda no pós-operatório na UTI, você já poderá ingerir alimentos sólidos.

#### Drenos

Até o segundo dia após a sua cirurgia, você permanecerá com alguns drenos no seu tórax. São como tubos e são utilizados para drenar fluidos e sangue que se acumulam na cavidade torácica após a cirurgia. A presença destes tubos pode trazer algum desconforto. Porém, após sua retirada, este desconforto desaparece totalmente.

#### Marcapasso Provisório

Você irá observar também a presença de dois fios saindo do seu tórax. São eletrodos de um marcapasso provisório, caso seu coração necessite. Isso é temporário. Estes fios serão retirados no quarto, normalmente no quinto dia após a cirurgia.

## Sonda

Uma sonda na sua uretra servirá para controlar sua diurese. Enquanto você estiver com a sonda, poderá sentir uma sensação de desejo de urinar. Esta sensação é normal, não se preocupe, pois toda urina estará saindo pela sonda.

## Fisioterapia

Você receberá a visita de um Fisioterapeuta algumas vezes ao dia, já no pós-operatório na UTI. Nestas sessões, você será incentivado a tossir. Não tenha receio, pois a tosse não interfere na cicatrização da ferida operatória. Você pode abraçar um travesseiro ou almofada junto ao peito para lhe ajudar.

## Feridas Operatórias

Ao acordar, no pós-operatório na UTI, você também poderá observar a presença das feridas operatórias. Normalmente, essas feridas operatórias estão situadas nos seguintes locais:

No tórax, chamada de incisão mediana, por onde a cirurgia é realizada;

Nas pernas, nos casos de cirurgia de coronária com retirada de veia safena para a realização das pontes;

No braço, nos casos de cirurgia de coronária com retirada da artéria radial para a realização das pontes;

Na virilha, quando há necessidade de uma pequena incisão – nos casos de segunda ou terceira cirurgia.

As incisões serão amplamente explicadas pelo seu cirurgião cardiovascular na consulta pré-operatória.

## Visitas na UTI

Enquanto você estiver na UTI – Unidade de Terapia Intensiva, você receberá visitas de seus familiares nos horários informados no momento da internação. É importante salientar que, caso a equipe da UTI esteja realizando algum atendimento de emergência a um paciente, o horário de visitas poderá ser adiado ou cancelado.

Boletins médicos diários fornecerão informações sobre a sua evolução aos seus familiares. Os horários dos boletins médicos da UTI também são fornecidos pelo Hospital no momento da sua Internação.

## Alta da UTI

A alta da UTI é dada após um mínimo de 48 horas após a cirurgia cardiovascular. Caso haja indicação médica, você poderá vir a permanecer por mais tempo.

Ao receber alta da UTI, você e seus familiares serão informados e você somente irá para o quarto com a presença de um acompanhante.

#### Orientações sobre a Volta para o Quarto após a Cirurgia

Aqui você irá encontrar as orientações sobre a volta para o quarto depois de uma cirurgia cardíaca. Esse momento acontecerá apenas depois de você ter passado, ao menos, dois dias na UTI.

No quarto, você permanecerá internado por mais alguns dias. Uma equipe multidisciplinar estará lhe acompanhando. Essa equipe é formada pelo seu Cardiologista Clínico, pelo seu Cirurgião Cardiovascular e equipe, pelas equipes de Enfermagem e Fisioterapia.

Caso haja liberação da equipe multidisciplinar que lhe atende, procure permanecer o mínimo possível deitado durante o dia. Dê preferência à cadeira do quarto e reserve a cama para os momentos de repouso.

Não hesite em pedir ajuda para levantar ou deitar na cama e adote a posição que lhe for mais confortável para levantar ou deitar. Porém, procure dormir de barriga para cima. Isso facilita a estabilização e cicatrização do esterno (osso do peito). Esta posição deve ser mantida como predominante nos primeiros 60 dias após a sua cirurgia.

Procure movimentar-se caminhando pelo corredor do hospital. Seu fisioterapeuta lhe dirá o quanto você pode e deve caminhar.

É fundamental que você lave as mãos periodicamente e, obrigatoriamente, após ir ao banheiro. É importante também que você não toque as incisões cirúrgicas. Assim, você ajuda a prevenir o risco de infecção.

Devido ao estresse da cirurgia, você poderá ficar mais emotivo do que o habitual nos dias após o procedimento. Isso é normal, não traz prejuízo à sua recuperação e é passageiro.

#### Orientações após a Alta Hospitalar

Ao retornar para casa, após uma cirurgia cardíaca, é comum que você tenha dúvidas sobre o que pode fazer e como. Aqui, procuramos abordar as dúvidas mais frequentes após a alta hospitalar, mas não hesite em nos contatar caso haja algum outro questionamento. Ressaltamos que as orientações aos pacientes aqui contidas não substituem as orientações prescritas pelo seu médico.

#### Retomada das Atividades após a Alta Hospitalar

Desde o dia de sua alta hospitalar, você não está proibido de sair de casa, de subir escadas, de passear, etc. Apenas lembre-se que você está numa fase de recuperação de uma cirurgia cardíaca e, assim, tudo deve ser feito de maneira progressiva, evitando-se todo e qualquer tipo de excesso.

Evite esforços físicos, como levantar peso, por exemplo, ou exercícios que o levem à exaustão. Evite também viagens muito longas. Se necessárias, é importante que você possa caminhar um pouco a cada duas horas. Essas orientações se aplicam para os dois primeiros meses após a sua cirurgia.

## Emoções

É normal que você esteja mais sensível, mais emotivo ou irritável. São também comuns alterações como dificuldade de concentração e de memória. No entanto, todos esses sintomas são passageiros e desaparecerão em poucas semanas.

## Banho

O banho deve ser diário e com sabonete antisséptico. A temperatura da água não deve ser muito quente, pois isso pode lhe causar tonturas ou mal-estar.

Utilize sempre toalhas limpas e passadas à ferro a cada banho. Além disso, é de fundamental importância que você utilize uma toalha apenas para as cicatrizes, diferente daquela que você usa para enxugar o restante do corpo.

Antes do banho, use o vaso sanitário para urinar. Assim, você evita que o relaxamento do banho desperte a vontade de urinar, pois a urina não pode entrar em contato com as feridas operatórias. Ao evacuar, realize a limpeza com papel higiênico ou lenço umedecido antes do banho.

## Alimentação

O período pós-operatório não requer uma dieta especial. Sua alimentação seguirá as orientações de seu Cardiologista Clínico e do seu Nutricionista. No pós-operatório, é comum haver perda de apetite. Procure conversar com seu Cardiologista e busque alternativas para superar este período, que normalmente é curto. Quanto mais atividade física leve você fizer, mais rápido seu apetite retorna.

## Bebidas Alcoólicas

Evite a ingestão de bebidas alcoólicas nos primeiros 15 dias após a alta hospitalar. Após este período, converse com seu Cardiologista Clínico sobre a frequência e quantidade que você poderá ingerir bebidas alcoólicas sem causar impacto nas medicações que está tomando.

## Atividade Sexual

Você poderá retomar a atividade sexual após 15 dias de sua alta hospitalar. Esta atividade deve ser moderada, evitando esforço em excesso.

O uso de medicações que favoreçam a atividade sexual deverá ser conversado previamente com o seu Cardiologista Clínico.

## Caminhadas

Recomendamos caminhadas, inicialmente de 20 a 30 minutos, em terreno plano e evitando horários de temperatura elevada. Vá aumentando progressivamente suas caminhadas, tendo como meta caminhar 4 km em aproximadamente 1 hora, após dois meses da sua cirurgia. É recomendável que você não caminhe sozinho. É possível que

você sinta fraqueza e tonturas e, por isso, recomendamos que esteja sempre acompanhado.

## Direção

A grande restrição do período pós-operatório é dirigir. Você deve evitar dirigir até dois meses após a sua cirurgia. O trânsito pode demandar movimentos bruscos com o tórax e, como o seu osso esterno ainda está em cicatrização, isso pode causar uma dor importante. Em um ato reflexo, essa dor pode fazer você largar as mãos do volante e bater o carro. Além disso, seus reflexos podem estar prejudicados pela medicação. Assim, você não está proibido de andar de carro, mas sim de dirigir por dois meses após a sua cirurgia.

## Cicatrização da Ferida Operatória

As incisões realizadas na sua cirurgia passarão por diversos estágios de cicatrização. Depois da leve dor inicial no local, a ferida poderá formigar, coçar ou ficar dormente, na medida em que a cicatrização progredir.

É comum sentir dormência no lado do tórax, sobre a região mamária, se você foi submetido a uma cirurgia de revascularização do miocárdio com utilização das artérias mamárias. Esta dormência tem durabilidade e intensidade variáveis, mas costuma desaparecer logo.

As lesões operatórias devem ser mantidas sem curativo. A fim de contribuir para a cicatrização, a higiene da pele e das incisões cirúrgicas deverá ser realizada diariamente, com água e sabonete antisséptico. Não retire qualquer crosta, porque ela protege os novos e delicados tecidos em crescimento.

Lave as mãos com frequência e obrigatoriamente sempre que utilizar o banheiro. Esse simples hábito é importantíssimo para evitar a infecção das lesões operatórias.

Não receba sol sobre as cicatrizes durante os primeiros dois meses após a sua cirurgia. Esta ação evita que a cicatriz fique escura – o que pode ser para sempre. Caso você tome sol, proteja as incisões com roupa e use protetor solar.

Não use nenhum tipo de curativo ou creme nas incisões. Caso haja algum processo inflamatório ou infeccioso e haja necessidade de algum curativo, você receberá orientação do seu Cirurgião Cardiovascular e da equipe de cirurgia.

Você contará com o acompanhamento da sua cicatrização, realizado pela Enfermeira da equipe de cirurgia cardiovascular. Ela irá orientá-lo e assisti-lo de diversas maneiras, seja por acompanhamento presencial ou até mesmo pelo envio de fotos da evolução de sua cicatrização por WhatsApp. Este tem sido um meio eficaz na comunicação do paciente e seus familiares com nossa enfermeira.

## Retirada dos Pontos

Os pontos das incisões são realizados com fio absorvível, o que elimina a necessidade de retirada. Porém, costumamos retirar os pequenos laços que ficam no início e no final de cada incisão. Já os fios dos drenos não são absorvíveis e precisam ser retirados,

normalmente antes da alta hospitalar. Porém, se você tiver alta antes de uma semana da cirurgia, estes pontos serão retirados na consulta de retorno ao seu Cirurgião Cardiovascular.

### Medicações

Quando você receber alta hospitalar, seu Cardiologista Clínico lhe dará uma receita com a medicação que você usará em casa. Em muitos casos, o Cardiologista que o acompanhou no hospital não é o mesmo que irá lhe acompanhar após a alta. Assim, você deverá agendar uma consulta com seu Cardiologista nos primeiros trinta dias após a sua alta. Ele determinará as medicações que você irá usar deste momento em diante. Até a consulta com seu Cardiologista, siga todas as medicações prescritas na alta hospitalar.

### Dor

Ainda neste período, são comuns queixas de dor, que se acentuam em dias mais frios. Caso isso ocorra com você, utilize os analgésicos prescritos por seu médico.

### Edema (inchaço)

No pós-operatório das cirurgias cardíacas é comum haver um acúmulo de líquido no seu corpo. Você poderá notar sua face, seus braços e pernas mais edemaciados (inchados). Isto é normal e logo desaparece.

Porém, se você foi submetido à cirurgia de revascularização do miocárdio, e nela foram retirados segmentos de veia de suas pernas, é comum um inchaço mais prolongado dos seus membros inferiores. Algumas ações podem melhorar essa situação, como caminhar. Outra recomendação é elevar o pé da sua cama em, aproximadamente, 15cm. Isto pode ser feito de forma simples, como colocar um cobertor por baixo de seu colchão nos pés da cama, fazendo que seu colchão – e suas pernas, fiquem mais elevados durante o sono e melhore o inchaço.

### Profilaxia com Antibióticos

Caso você tenha realizado uma cirurgia de troca valvar (tenha colocado uma prótese mecânica ou biológica), é fundamental a profilaxia com antibiótico antes de determinados procedimentos.

Entre estes procedimentos, estão as manipulações dentárias. Assim, todas as vezes que você for ao dentista, necessitará tomar uma ou duas doses de antibiótico. Pergunte ao seu Cardiologista Clínico qual esquema de antibióticos ele recomenda para você.

Outros procedimentos, como exames e cirurgias que envolvam o intestino e o trato urinário, também necessitam dessa mesma profilaxia.

### Consulta com seu Cirurgião Cardiovascular

Após a sua alta hospitalar, a Enfermeira da equipe de cirurgia irá agendar uma consulta com o seu Cirurgião Cardiovascular. Nesta consulta, você receberá o relatório da sua cirurgia para encaminhamento ao seu Cardiologista Clínico. Além disso, o Cirurgião avaliará o andamento da sua evolução pós-operatória, bem com esclarecerá todas as suas dúvidas inerentes à sua evolução.

No dia da internação eu posso me alimentar normalmente?

Sim, você será internado um dia antes de sua cirurgia e poderá se alimentar normalmente. O jejum é necessário para a sua cirurgia e será orientado pelo Anestesista e pela Enfermagem, na sua internação. Em geral, o período de jejum é de 8 a 10 horas antes do procedimento. Para procedimentos de implante de marcapasso, que acontecem no mesmo dia da interação, você será orientado previamente a vir ao Hospital em jejum.

Meu acompanhante vai ficar no quarto enquanto eu estiver na cirurgia ou na UTI?

Quando você for para o Centro Cirúrgico, seu acompanhante irá desocupar o quarto do Hospital. Como você irá para a UTI depois da cirurgia, voltará a utilizar um quarto somente depois da alta da UTI, que acontece, em geral, dois dias depois do seu procedimento.

Vou sentir dor na cirurgia?

Não, um Anestesista estará com você durante todo o seu procedimento, fazendo com que você durma e não sinta qualquer dor durante a cirurgia.

Vou receber sangue na cirurgia ou a reserva de sangue é apenas uma precaução?

A reserva de sangue para a cirurgia cardíaca é uma precaução. Procuramos operar com a menor taxa de transfusão possível.

Qual a utilidade da reserva de plaquetas?

A plaqueta é um componente do sangue diretamente relacionado à coagulação. Muitos pacientes fazem uso de medicamentos que diminuem a atividade plaquetária, como ácido acetil salicílico e/ou clopidogrel. O tempo de ação dessas medicações é de 5 a 7 dias. Assim, quando a cirurgia precisa ser realizada em poucos dias, muitas vezes não há tempo hábil para a neutralização dessas medicações e, por isso, pode haver a necessidade de transfusão de plaquetas no procedimento cirúrgico. Em alguns pacientes, a cirurgia, por si só, diminui a atividade plaquetária, demandando o uso de plaquetas de forma a ajudar no controle de uma possível alteração de coagulação.

Posso receber sangue meu mesmo durante a cirurgia?

Sim, este procedimento pode ser realizado. Porém, a autotransfusão demanda um longo tempo de preparo até que sejam atingidos os níveis de hematócrito e hemoglobina necessários para uma transfusão. Muitas vezes, esse preparo de longo prazo coloca o paciente em risco por causa da doença que o está levando à cirurgia. Os casos de autotransfusão são muito limitados e, por isso, recomendamos que você converse com o seu cirurgião cardiovascular a respeito.

Após a cirurgia, ficar constipado é normal?

Sim, muito normal. O melhor tratamento para evitar a constipação após a cirurgia é ingerir bastante líquido e caminhar.

Usar sutiã depois da cirurgia cardíaca atrapalha a cicatrização da ferida operatória?

Não, pelo contrário, é recomendado para facilitar a cicatrização.

Quanto tempo após a cirurgia cardíaca eu posso dirigir?

Recomendamos que você volte a dirigir apenas dois meses depois da sua cirurgia.

Quanto tempo depois da cirurgia cardíaca posso voltar a caminhar?

Recomendamos que você caminhe ainda no Hospital, mesmo que pouco e nos corredores. Ao voltar para casa, procure começar caminhando vinte minutos por dia, aumentando este tempo gradativamente. O serviço de Fisioterapia do Hospital lhe acompanhará neste processo e também irá lhe ajudar, esclarecendo suas dúvidas e lhe orientando quanto à retomada de suas atividades.

Quanto tempo depois da cirurgia cardíaca posso voltar a praticar esportes como corrida, jogar tênis, futebol, etc?

A partir de dois meses você pode retomar a sua prática de esportes, desde que gradativamente. Pergunte ao seu Cardiologista Clínico sobre o seu programa de reabilitação.

Quanto tempo depois da cirurgia cardíaca posso retomar as atividades cotidianas, como subir escadas, limpar a casa ou cuidar do jardim?

Você pode subir escadas assim que voltar para casa, depois da cirurgia. Apenas cuide para não fazer esforço demais. Com relação às demais atividades cotidianas, como limpar a casa e cuidar do jardim, podem ser retomadas após 30 dias da sua cirurgia cardíaca, sempre gradativamente.

Quanto tempo depois da cirurgia cardíaca posso ter relações sexuais?

Você poderá retomar a atividade sexual depois de 15 dias de sua alta hospitalar, de forma moderada.

Quanto tempo depois da minha cirurgia cardíaca posso pegar peso?

Depois de 30 dias da sua cirurgia você pode começar a pegar algum peso gradativamente, voltando à sua vida normal em 60 dias.

Preciso seguir alguma dieta especial após a cirurgia cardíaca?

Se houver necessidade de alguma orientação nutricional, ela será lhe fornecida por seu Cardiologista Clínico ou por um Nutricionista que esteja lhe acompanhando.