

**Cartilha de Educação em Saúde para o  
atendimento das Necessidades Humanas Básicas  
de pacientes submetidos a cirurgia cardíaca de  
revascularização miocárdica em pós alta  
hospitalar.**

Mestre: Camila Andrade Ferreira dos Santos

Orientador: Karla de Melo Batista

**2022**

# Orientações de enfermagem nos pós alta: na cirurgia de revascularização miocárdica.

**Autores:** Camila Andrade Ferreira dos Santos; Karla de Melo Batista;

**Revisão:** Fábio Lúcio Tavares Leila Massaroni; Sérgio Henrique Simonetti; Walckiria Garcia Romero Sipolatti.

**Tipo da produção:** Material didático.

**Ano:** 2022

**Disponível em:** <http://www.enfermagem.vitoria.ufes.br/pt-br/tecnica>  
Não mexer no link, pois será o mesmo para todas as produções.

## DESCRIÇÃO DO PRODUTO

A cartilha é uma tecnologia educativa que reforça as informações orais, com a finalidade de guiar as orientações em casos de dúvidas, auxiliar pacientes, familiares e cuidadores a tomarem decisões mais assertivas sobre o seu cuidado, e deve ter uma linguagem voltada para o público-alvo, de fácil leitura e entendimento (ECHER, 2005; REBERTE, 2008). A cartilha deve apresentar ilustrações, acompanhando a parte textual, com a finalidade de facilitar o entendimento e tornar o material mais atrativo para o público que é destinada (SILVA; REIS, 2021). Para compor o seu conteúdo, são selecionados os assuntos mais relevantes, com o objetivo de desenvolver um material, objetivo, atrativo, com linguagem clara e que forneça informações significativas sobre o assunto (ECHER, 2005).

Trata-se de uma Cartilha de Educação em Saúde para o atendimento das Necessidades Humanas Básicas de pacientes submetidos a cirurgia cardíaca de revascularização miocárdica em pós alta hospitalar. A cartilha foi elaborada com as orientações validadas e mais relevantes, extraídas do roteiro técnico de orientações de cuidado pós alta hospitalar para os pacientes submetidos a cirurgia de revascularização miocárdica, fundamentado na Teoria das Necessidades Humanas Básicas de Wanda Horta.

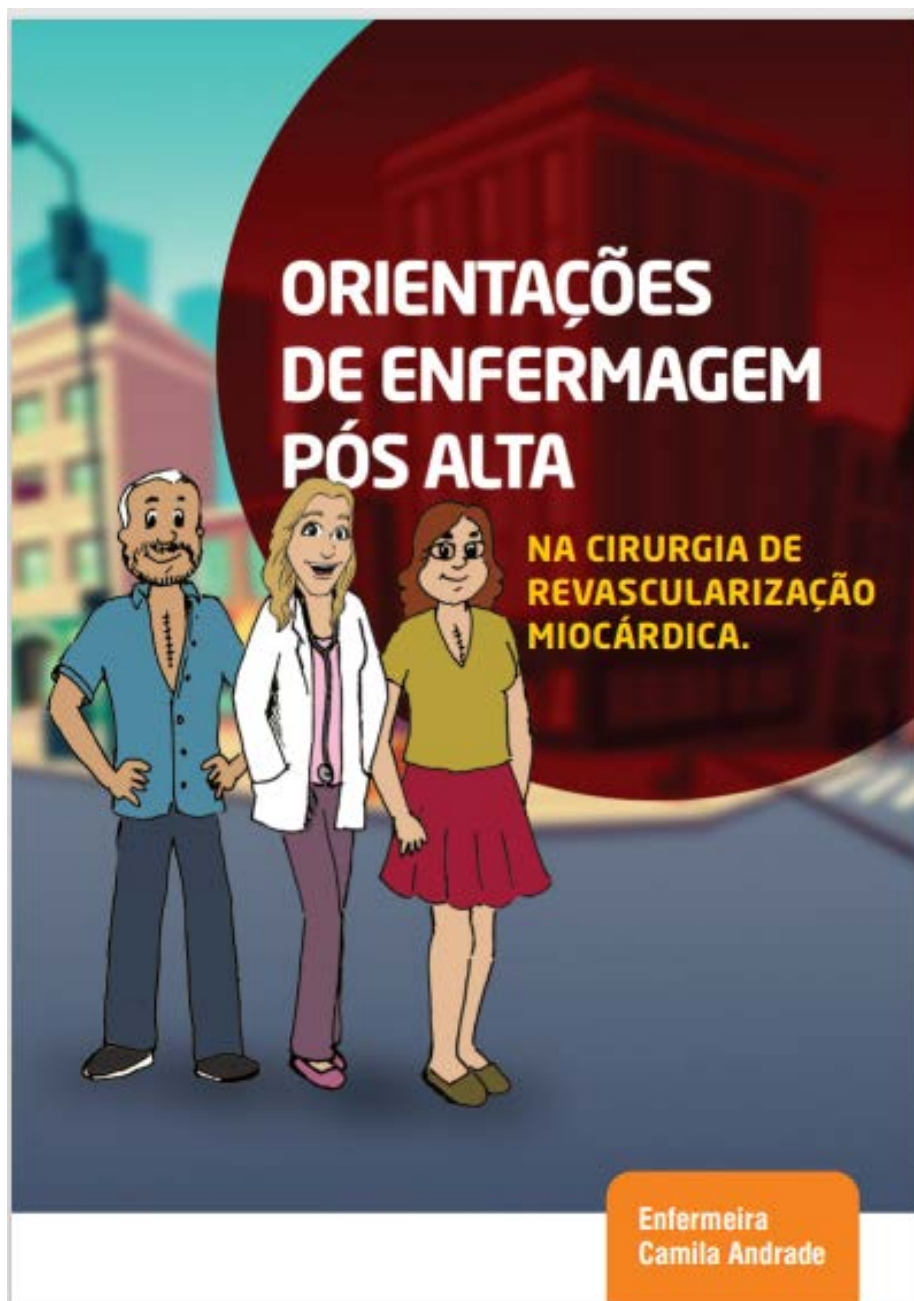
A cartilha de orientações de cuidado para o período pós-alta dos pacientes submetidos a cirurgia de revascularização miocárdica é algo inovador, porque foi elaborada com as orientações de cuidados para o pós-alta hospitalar de acordo com as necessidades humanas dos pacientes submetidos a revascularização miocárdica, que é um o período pouco discutido na literatura, e não existe na literatura uma cartilha com os personagens em período pós-operatório de revascularização miocárdica.

A tecnologia educativa poderá contribuir para melhoria do planejamento das orientações de alta pelo enfermeiro, proporcionando ao paciente, o acesso as



informações para a manutenção dos cuidados em domicílio, retorno as suas atividades diárias com segurança, prevenir e identificar possíveis complicações pós-cirúrgica, reduzindo o número de reinternações e retorno fora da data de consulta. Porque a cartilha se caracteriza como uma estratégia para a educação em saúde, possui fácil visualização, de modo que melhora a absorção das informações, quando comparada as orientações verbais (GOUVEIA; SILVA; NETO, 2020).





Licença Creative Commons:





Olá! Sou a enfermeira Paula e apresentarei nesta cartilha as principais orientações após a realização da cirurgia cardíaca, que vocês devem conhecer.

Essas orientações serão divididas em: orientações nas primeiras 6 semanas, com 2 meses e após 3 meses de cirurgia. Os pacientes Antônio e Maria me ajudarão a mostrar as atividades que poderão ser realizadas dentro de cada período.

Olá! Sou Antônio, tenho 70 anos e fiz a cirurgia de revascularização miocárdica, conhecida como cirurgia de ponte safena.



Olá! Sou Maria, tenho 50 anos, também fiz a cirurgia de revascularização miocárdica e já recebi a alta médica.

## AS PRIMEIRAS 06 SEMANAS APÓS A CIRURGIA DE REVASCULARIZAÇÃO MIOCÁRDICA



Você deve manter após a alta hospitalar, os exercícios respiratórios orientados durante a internação nas duas primeiras semanas ou até iniciar a caminhada.

Caso apresente tosse, abrace um travesseiro ou abrace-se, porque isso ajudará a diminuir a pressão no tórax.

As caminhadas devem ser iniciadas na primeira semana, com roupas leves e tênis, preferencialmente, pela manhã, pois você estará mais disposto, evitando locais com inclinações e ladeira. Comece caminhando de 5 a 10 minutos para aquecer, devendo ir aumentando a cada semana 10 a 15 minutos. A intensidade deve permitir você conversar sem sentir falta de ar. O ideal é 30 a 60 minutos de caminhada, no mínimo 3 vezes na semana.



É normal sentir tontura e um pouco de fadiga no início da caminhada. Pare e repouse um pouco, se esses sintomas não desaparecerem, comunique ao seu médico. Caso apresente dor no peito ou alteração irregular no batimento cardíaco, ligue imediatamente para 192.

Na primeira semana, você tem autonomia para realizar atividades leves, como cozinhar, lavar louças, preparar uma mesa para refeição. Pode subir escadas, ler livros, dobrar roupas e ir à igreja, por exemplo.

Deve evitar apenas, empurrar e pegar pesos acima de 4 quilos.





O banho deve ser realizado com água morna e sabão, devendo lavar a ferida sem esfregá-la com força. Não aplique óleos, cremes ou pó na ferida.

As mulheres, com mamas grandes, devem utilizar um sutiã confortável, para evitar que o peso das mamas force a incisão cirúrgica, devendo retirá-lo pelo menos duas vezes ao dia, ficando sem usá-lo por 01 hora.

Caso apresente dificuldade para evacuar (fazer cocô), utilize um laxante indicado pela equipe de saúde e tenha uma dieta mais ricas em fibras, que ajudará a normalizar o funcionamento do seu intestino.

Se você utilizou a artéria mamária como enxerto para realização da ponte safena, você pode apresentar dormência na região esquerda da sua ferida operatória.

É importante observar a presença de vermelhidão no local da ferida, inchaço nas bordas e drenagem de secreção, acompanhadas de uma temperatura igual ou maior que 37,8° C. Caso isso aconteça, comunique a equipe.





Você pode se sentar na cama normalmente, mas ao deitar-se deverá manter a barriga para cima. Não poderá dormir de lado até completar os 02 meses de realização da cirurgia.

Nas primeiras semanas, é normal não conseguir dormir ou acordar algumas vezes durante a madrugada, mas isso passará com o tempo.



Quanto ao sexo? Quando poderá retomar, Antônio?

O sexo está liberado após 1 mês de realização da cirurgia, amor, devendo evitar durante a prática sexual pressão sobre o tórax.

Apesar do sexo estar liberado após um mês, podemos ter diminuição no desejo sexual, e devemos falar com o médico para ele poder nos ajudar em relação a isso, pois há alguns remédios que reduzem o desejo sexual.

Enfermeira Paula, nós podemos utilizar estimulantes sexuais?







Olá, Maria!  
O uso de estimulantes sexuais deve ser receitado apenas pelo médico, devido ao risco de eventos adversos graves e interação com outros medicamentos.

## ATIVIDADES PERMITIDAS COM 02 MESES DE CIRURGIA DE REVASCULARIZAÇÃO MIOCÁRDICA

Após 02 meses da realização da cirurgia, você poderá retornar ao trabalho em meio período, apenas se a função não exigir levantamento de peso. Poderá realizar atividades domésticas, como uso do aspirador de pó, varrer a casa e passar roupas.



Além disso, você poderá retornar a dirigir carro ou pequenas caminhonetes e passear com seu cachorro na coleira.

## ATIVIDADES PERMITIDAS COM 03 MESES DE CIRURGIA DE REVASCULARIZAÇÃO MIOCÁRDICA

É possível realizar atividades mais intensas nesse período, como esfregar o chão, capinar, praticar esportes, nadar, tomar banho de mar ou piscina e pegar peso.

Isso é possível porque o osso já está consolidado, mas sempre é bom confirmar com a equipe, porque em alguns casos, a liberação para a prática de atividades mais intensas pode ser maior.



## ORIENTAÇÕES GERAIS SOBRE OS CUIDADOS APÓS A CIRURGIA



- Mantenha uma alimentação saudável, evitando sal e alimentos ricos em gordura.
- Se você é diabético, deve evitar jejum prolongados e incluir na sua dieta saladas.
- Não fume! Você pode procurar uma unidade básica de saúde e iniciar o tratamento para deixar de fumar.
- Evite bebidas alcóolicas, porque elas aumentam a sua pressão.
- Não suspenda seus medicamentos sem orientação médica.
- Comunique imediatamente ao serviço que você realizou a sua cirurgia, nos casos que: apresentar febre (T: 38 °C), cansaço extremo, dor ou rigidez na panturrilha que piora quando levanta os dedos dos pés para cima, sangramento persistente, vermelhidão na pele, piora do inchaço no tornozelo, ganho de peso de 1 quilo em 24 horas e fezes, vermelho vivo.

Evitar a exposição solar excessiva, nos primeiros anos da cirurgia, deixará a sua cicatriz na tonalidade da sua pele.

Não precisa ter vergonha da sua cicatriz, ela representa que você venceu mais uma batalha.

Lembre-se de comparecer às consultas de retorno e informar a equipe qualquer dificuldade. Use os medicamentos prescritos na sua alta, e caso tenha dificuldade em pegá-los na unidade básica de saúde ou comprá-los, procure o serviço de assistência social para ajudá-los e informem a falta do medicamento na ouvidoria do SUS, no número 136. Lembre-se de comunicar também a equipe que o acompanha.

Tenham qualidade de vida e aproveitem, mas não se esqueçam de seguir as orientações.



## REFERÊNCIAS

SANTOS, F. D. R. P. et al. Medo da tosse em pacientes no pós-operatório de cirurgia torácica e abdominal. *Rev. Ciênc. Ext.* v.13, n.2, p.83-88, 2017.  
Disponível em: [https://ojs.unesp.br/index.php/revista\\_proex/article/view/1249/1376](https://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/1249/1376).  
Acesso em 16 de junho 2021.

SILVA, C. C. F. et al. Perfil clínico de pacientes submetidos à cirurgia de revascularização do miocárdio e troca valvar em um hospital terciário da região Sul do Brasil. *Revista Saúde (Sta. Maria)*. v.45, n. 2, p. 1-11, mai./ago., 2019.  
Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/revistasaude/article/view/36298/pdf>.  
Acesso em 20 de março 2021.

VOLPE, M. A. No caminho certo após uma cirurgia cardíaca: um guia completo com orientações e recomendações para o pós-operatório. 1 ed. Jundiaí: Paco Editorial, 2020.

KAMEOKA, A. M. et al. Análise da variação de peso e da função renal em pacientes submetidos à cirurgia cardíaca. *Arq. Med. Hosp. Fac. Cienc. Med. Santa Casa*. v.56, n.3, p.132-137, São Paulo, 2011.  
Disponível em:  
<http://arquivosmedicos.fcmsantacasasp.edu.br/index.php/AMSCSP/article/viewFile/360/393>  
Acesso em 20 de maio 2021.

BELCZAK, C. E. Q. et al. Edema de membro inferior secundário a exérese de veia safena magna para utilização como enxerto na revascularização do miocárdio. *Jornal Vascular Brasileiro [online]*. v. 8, n. 1 p. 43-47, 20 mar, 2009.  
Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1677-54492009005000007>.  
Acesso em 9 de março 2021.

THE SOCIETY OF THORACIC SURGEONS. What to Expect After Heart Surgery? 2019.  
Disponível em: <https://www.sts.org/sites/default/files/AHSBrochureFinal.pdf>.  
Acesso em 20 de junho 2021.

GASPAROTO, A. L. V. Cirurgia cardíaca: Como encarar de peito aberto. 1ed., Barueri: Editora Manole, 2020.9788520462188.  
Disponível em: <https://integrada.Minhabiblioteca.com.br/#/books/9788520462188>.  
Acesso em 08 de maio 2021.



## Referências:

SANTOS, F. D. R. P. *et al.* Medo da tosse em pacientes no pós-operatório de cirurgia torácica e abdominal. **Rev. Ciênc. Ext.** v.13, n.2, p.83-88, 2017. Disponível em: [https://ojs.unesp.br/index.php/revista\\_proex/article/view/1249/1376](https://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/1249/1376) . Acesso em 16 de junho 2021.

SILVA, C. C. F. *et al.* Perfil clínico de pacientes submetidos à cirurgia de revascularização do miocárdio e troca valvar em um hospital terciário da região Sul do Brasil. **Revista Saúde (Sta. Maria)**. v.45, n. 2, p. 1-11, mai./ago., 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/revistasauade/article/view/36298/pdf>. Acesso em 20 de março 2021.

VOLPE, M. A. **No caminho certo após uma cirurgia cardíaca: um guia completo com orientações e recomendações para o pós-operatório.** 1 ed. Jundiaí: Paco Editorial, 2020.

KAMEOKA, A. M. *et al.* Análise da variação de peso e da função renal em pacientes submetidos à cirurgia cardíaca. **Arq. Med. Hosp. Fac. Cienc. Med. Santa Casa.** v.56, n.3, p.132-137, São Paulo, 2011. Disponível em: <http://arquivosmedicos.fcmsantacasasp.edu.br/index.php/AMSCSP/article/viewFile/360/393> . Acesso em 20 de maio 2021.

BELCZAK, C. E. Q. *et al.* Edema de membro inferior secundário a exérese de veia safena magna para utilização como enxerto na revascularização do miocárdio. **Jornal Vascular Brasileiro [online]**. v. 8, n. 1 p. 43-47, 20 mar, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1677-54492009005000007> . Acesso em 9 de março 2021.

THE SOCIETY OF THORACIC SURGEONS. **What to Expect After Heart Surgery?** 2019. Disponível em: <https://www.sts.org/sites/default/files/AHSBroschureFinal.pdf> . Acesso em 20 de junho 2021.

GASPAROTO, A. L. V. **Cirurgia cardíaca: Como encarar de peito aberto.** 1ed., Barueri: Editora Manole, 2020.9788520462188. Disponível em: <https://integrada.Minhabiblioteca.com.br/#/books/9788520462188>. Acesso em 08 de maio 2021.



## Realização:



## Apoio:



# Registro:



N. : 712145656

WWW.REGISTRODEOBRAS.COM  
TODOS OS DIREITOS RESERVADOS



Licença Creative Commons:

