

## ALTA DO HOSPITAL

NO MOMENTO DA ALTA SER-LHE-Á ENTREGUE:

- um plano alimentar que o orientará em relação ao que pode comer
- receita médica
- carta de alta (para ser entregue ao seu médico e enfermeiro de família)
- marcação da sua primeira consulta pós-operatória (será de 1 a 2 meses após a alta)

Em caso de dúvidas poderá sempre conversar com o seu cirurgião.

## APÓS A ALTA

Em casa é normal sentir-se um pouco cansado, de início.

É importante retomar as suas atividades diárias gradualmente. Pode conduzir veículos quando se puder movimentar bem e não estiver a tomar medicação para as dores.

*Viagens:* se quiser viajar de avião pergunte ao seu cirurgião quando pode fazê-lo.

## CONTACTE

O SEU CIRURGIÃO, SE TIVER:

- Dificuldade em engolir;
- Enjoo ou vômitos;
- Falta de ar;
- Febre;
- Dor que não desaparece com medicação;
- Vermelhidão ou drenagem no local das feridas;
- Falta de evacuação intestinal mais de 3 dias;
- Dúvidas.

### Anotações

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Informação

# Cirurgia de Obesidade

*Este panfleto fornece-lhe indicações importantes sobre os cuidados a ter antes e após a cirurgia de obesidade. Leia-o pelo menos uma vez, esclareça as suas dúvidas com o seu profissional de saúde, incluindo o cirurgião, e traga-o consigo quando for internado.*

A cirurgia decorrerá no Serviço de Cirurgia Geral que acolhe os utentes tratados pelo Centro de Responsabilidade Integrado em Obesidade (CRIO).

O CRIO dispõe de uma equipa multidisciplinar com vasta experiência neste tipo de doenças e possui estruturas e equipamentos adequados de acordo com os padrões de qualidade atuais.

A cirurgia de obesidade é segura e eficaz, mas para se obterem os melhores resultados é necessária uma preparação cuidadosa do doente e uma equipa bem treinada neste tipo de cirurgia.



SÃO JOÃO



Centro de Responsabilidade Integrado  
**Obesidade**

Centro Hospitalar Universitário de São João  
Alameda Professor Hernâni Monteiro  
4200-319 Porto  
www.chusj.pt

Todas as cirurgias são realizadas por abordagem minimamente invasiva (por laparoscopia, isto é, pequenas incisões com 5 ou 10mm). A taxa de complicações é inferior a 5% e o tempo de internamento médio é de 2 dias após a cirurgia.

## SEGURANÇA

Para a sua segurança, informe a equipa de saúde de:

- Que medicamentos toma regularmente (incluindo “medicamentos naturais”) e se toma medicamentos anticoagulantes (ou para “manter o sangue fino”)
- Se é portador de pacemaker ou desfibrilador automático implantável.
- Se já teve problemas com anestésias
- Se tem alergias (inclusivamente ao látex)
- Se não aceita transfusões sanguíneas
- Se tem hábitos de fumar e/ou de usar drogas de abuso

## UMA SEMANA ANTES DA CIRURGIA

Se toma algum dos medicamentos referidos anteriormente, incluindo os anticoagulantes, confirme com o seu cirurgião se e quando deve parar.

Não tome medicamentos “naturais” ou suplementos alimentares, sem autorização médica.

## NA VÉSPERA DA CIRURGIA

Tome o duche com solução antissética (fornecida pelo Hospital).

## ANTES DA CIRURGIA

Não coma nada após a meia noite antes da cirurgia.

## O DIA DA CIRURGIA

ANTES DE IR PARA A SALA DE OPERAÇÕES

- Tome o seu banho com solução antissética.
- Não aplique loções, cremes, desodorizantes, perfumes.
- Retire o verniz das unhas ou unhas de gel.
- Não leve objetos metálicos (jóias ou piercings) ou outros objetos.
- Remova os óculos, próteses dentárias ou outras próteses, perucas.

## PÓS-OPERATÓRIO

Após a cirurgia, e na maioria dos casos, será transferido para o recobro onde poderá permanecer durante 1 a 2 horas. Poderá ter ficado com um dreno abdominal, que será retirado no dia da alta.

Vai tomar medicamentos para diminuir as dores. Se tiver dores mais intensas, fale com o seu médico/enfermeiro.

Continue a fazer os exercícios respiratórios que lhe recomendaram.

A alimentação pela boca só poderá ser retomada quando o seu cirurgião decidir que é segura (habitualmente no dia seguinte à cirurgia).

Logo que possível deve levantar-se, caminhar ou movimentar os membros inferiores para evitar a formação de coágulos. O movimento diminui também o risco de outras complicações, como a pneumonia.

Poderá ter visitas de acordo com o horário do serviço onde estiver internado.