Educação em Saúde
VOL. 23
PUBLICAÇÃO AUTORIZADA

Cirurgia Coronariana

Orientações para pacientes e cuidadores

HOSPITAL DE CLÍNICAS
PORTO ALEGRE RS

Cirurgia Coronariana

Orientações para pacientes
e cuidadores

**Serviço de Enfermagem Cardiovascular,
Nefrologia e Imagem**

Este manual contou com a colaboração de: professoras Isabel Cristina Echer e Eneida Rabelo; enfermeiras Márcia Elaine Costa do Nascimento, Fernanda Bandeira Domingues, Fernanda Boni, Márcia Flores de Casco e Marta Georgina Góes.

Sumário

APRESENTAÇÃO 5

Cirurgia coronariana 7

Preparo para a cirurgia 8

Bloco cirúrgico 12

Centro de Tratamento Intensivo 12

Programando a sua recuperação 14

Cuidados importantes 16

Recomendações e cuidados com a saúde 19

Apresentação

Este manual de orientação foi organizado a partir de pesquisa bibliográfica e depoimentos de membros da equipe multiprofissional, de acompanhantes e de pacientes submetidos à cirurgia coronariana no Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA).

Nosso objetivo é esclarecer dúvidas. Por isso, contamos com sua colaboração para tornar a sua recuperação mais tranquila e satisfatória.

O sucesso da cirurgia coronariana não depende só de uma equipe multiprofissional, formada por enfermeiros, médicos, fisioterapeutas, fisiatras, nutricionistas, auxiliares e técnicos em enfermagem, entre outros. A cooperação e participação do paciente e familiares são fundamentais:

- atendendo às solicitações da equipe;
- expondo as suas dificuldades;
- e, acima de tudo, acreditando na sua recuperação.

Assim, procure a equipe de saúde para esclarecer suas dúvidas, ajudar a entender seus medos e informar-se sobre aspectos que consideram importantes. A integração com sua equipe lhe trará benefícios.

Cirurgia Coronariana

O coração é um órgão que tem como função bombear o sangue para todo o corpo. Mas, atenção, ele também necessita de sangue para viver. Esse sangue circula pelos vasos sanguíneos, chamados de artérias coronárias.

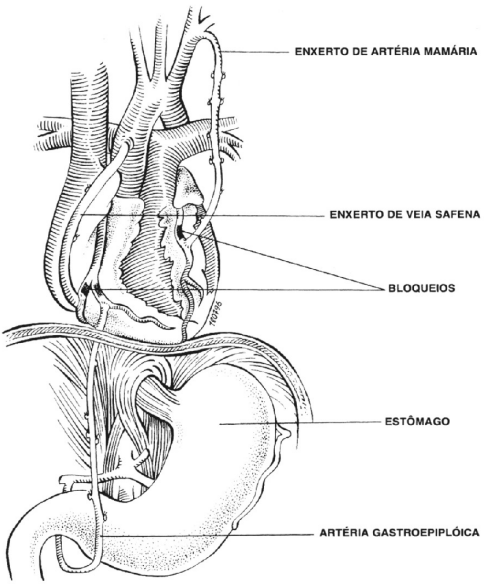
Quando uma ou mais dessas artérias está entupida, parte do coração fica sem receber o sangue que necessita, o que pode provocar dor, sensação de aperto, braço esquerdo dormente, falta de ar e cansaço. Caso não seja tomada uma atitude, tudo isso poderá se agravar.

Felizmente, a cardiologia se desenvolveu muito nos últimos anos e, hoje, é possível resolver muitos dos problemas de seu coração com tratamentos especializados.

Dependendo do local e da extensão da obstrução da artéria, é indicada a cirurgia de revascularização do miocárdio, também chamada de cirurgia coronariana, para que a área do coração que está em sofrimento volte a receber sangue de maneira adequada.

Essa cirurgia é realizada mediante o uso de uma "ponte", feita normalmente com um pedaço de veia safena (proveniente da perna) ou da artéria mamária (proveniente da musculatura do peito).

"Exemplo de Revascularização do Miocardio."



Preparo para a cirurgia

No período anterior à cirurgia, você vai realizar vários exames para investigar as suas condições de saúde. Somente após a realização desses exames, é que sua cirurgia será marcada.

Eventualmente, a data poderá ser modificada em função de situações de urgência de outros pacientes ou contratempos.

Nesse tipo de cirurgia, geralmente é necessária transfusão de sangue. Portanto, é importante seus acompanhantes providenciarem doadores de sangue antes da realização do procedimento.

Na semana que antecede a cirurgia, é importante você praticar exercícios respiratórios. Faça exercícios de respiração profunda e de tosse.

No dia anterior à cirurgia repita os exercícios várias vezes.

Respiração profunda em quatro tempos:

1° Inspire contando até quatro.

2° Expire devagar contando até quatro.

3° Tranque a respiração e conte até quatro.

4° Inspire novamente.

Repita esse exercício várias vezes ao dia.

Aprenda a tossir corretamente:

1° Abrace o peito com um travesseiro.

2° Inspire profundamente.

3° Coloque o ar para fora tossindo.

4° Descanse e repita o exercício.

• Se você tiver dúvida, pergunte para alguém da equipe de enfermagem.

• Na véspera da cirurgia, você receberá a visita do anestesista, que fará uma nova avaliação do seu estado de saúde e poderá repetir algumas perguntas necessárias ao procedimento.

• Na noite que antecede a sua cirurgia, você receberá um calmante para descansar melhor.

• Num período de 8 horas antes da cirurgia, você não poderá receber qualquer tipo de alimento, para evitar vômitos, pois eles poderão acarretar problemas durante a cirurgia e desconfortos abdominais no pós-operatório.

• O seu intestino deverá ser preparado com uma lavagem intestinal, a fim de que resíduos de fezes possam ser eliminados.

• Cuidados em relação ao preparo da pele

A - Pacientes colonizados com Staphylococcus áureos:

- Tomar banho utilizando clorexidina sabonete líquido 2% em

todo corpo e cabelo, uma vez ao dia, preferencialmente no mesmo horário, por cinco dias até a cirurgia. Observar que o último banho deve ser tomado, no máximo, até 6h antes da cirurgia.

- Em caso de reação cutânea, suspender imediatamente o uso de clorexedina. Neste caso, realizar a higiene com água e sabonete. Evitar a aplicação em mucosas e genitálias.

- Também é indicado o uso de mupirocina creme 20MG/G nas narinas de manhã e à noite, por cinco dias até a data da cirurgia. Deve-se lavar as mãos antes de administrar o medicamento. Limpar e assoar o nariz para deixá-lo sem resíduos. Passar a pomada no interior das narinas como dedo limpo ou cotonete.

- Esses medicamentos podem ser retirados com prescrição médica na farmácia básica do HCPA.

B – Pacientes não colonizados:

- Apenas um banho com clorexidina sabonete líquido 2%, realizado, no máximo, três horas antes da cirurgia.

• Momentos antes da cirurgia, já bloco cirúrgico, sua pele será depilada e após novamente higienizada.

• Não esqueça que a higiene de sua boca deve ser bem realizada em função do uso de tubos para auxílio na respiração.

• Jóias e próteses (dentárias, oculares e outras) serão retiradas e, de preferência, entregues aos seus acompanhantes. Você vestirá roupas próprias do hospital e usará uma pulseira com os seus dados de identificação.

• Antes de ser conduzido ao centro cirúrgico, você receberá um medicamento pré-anestésico que lhe dará a sensação de sonolência.

• É importante que seus acompanhantes combinem com a equipe médica um local de encontro após a cirurgia para saberem como ela transcorreu.

Bloco cirúrgico

• No período que antecede a cirurgia, um acompanhante poderá estar com você e acompanhá-lo até o bloco cirúrgico.

• No bloco cirúrgico, antes de iniciar a anestesia, com você ainda acordado, serão instalados alguns soros úteis à sua recuperação durante o processo cirúrgico. A seguir, você será anestesiado e só acordará após 6 a 8 horas, no Centro de Tratamento Intensivo.

Centro de Tratamento Intensivo (CTI)

• Sua cirurgia terminou. Ainda anestesiado, você será levado para o CTI, onde permanecerá em torno de 72 horas, se não houver complicações.

• Uma nova equipe de enfermeiros, médicos, técnicos de enfermagem, fisioterapeutas e nutricionistas, entre outros, cuidará de você.

• Quando você acordar, não se preocupe com a quantidade de soros, tubos e equipamentos que estarão a sua volta. Eles são necessários e de uso temporário. Fique tranquilo, isso é essencial para a sua recuperação.

• Nas primeiras horas (em média 12 horas), até passar o efeito da anestesia, você ficará com um tubo na boca ligado a um aparelho que o auxiliará a respirar.

• Enquanto você estiver com o tubo na boca, não será possível falar nem tomar água: sua comunicação se dará através de gestos ou escrevendo. Normalmente, essa situação dura poucas horas.

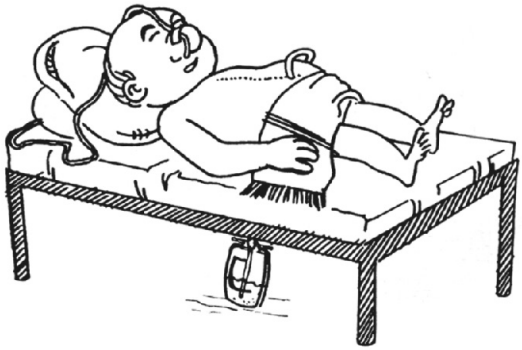
• Você não deverá sentir dor. Se houver necessidade, solicite medicação.

• Nas primeiras horas, a sua posição no leito, poderá ser incômoda, porém tudo será feito para aliviar essa situação de desconforto, como, por exemplo, a troca de posição no leito.

• O seu peito terá uma cicatriz, bem como a sua perna (se a veia utilizada for a safena).

• Uma sonda fixa no nariz, que vai até o estômago, evitará que você vomite e auxiliará na eliminação de gases. A permanência dessa sonda será por pouco tempo.

• Alguns drenos estarão instalados em seu abdômen ou no seu tórax, para drenagem de secreções (sangue ou ar). Você terá também, uma sonda na bexiga, para medir a sua urina.



• Um monitor registrará os batimentos do seu coração para avaliar seu ritmo cardíaco.

• Nesse primeiro momento, você será cuidado e assistido com muita frequência pela equipe multidisciplinar. Não se preocupe! É assim mesmo.

• Gradativamente, seus soros, cateteres e tubos não serão mais necessários e, com isso, você se sentirá mais confortável.

• Após retirar o tubo da boca, você deve iniciar os exercícios respiratórios conforme o treino realizado antes da cirurgia. É comum, após a retirada do tubo, você sentir desconforto na garganta. Se isso acontecer, informe à equipe que está lhe atendendo.

• No CTI, você poderá receber visitas apenas durante um curto período de tempo, para que não se canse. Em situações especiais, o enfermeiro poderá solicitar um tempo maior de permanência dos acompanhantes junto aos pacientes.

• Seus acompanhantes deverão providenciar material de higiene pessoal para você (escova de dente, creme dental, pente, sabonete, material para barbear e outros, conforme a sua preferência).

• A partir do momento em que você se sentir disposto, poderá ouvir rádio e ler revistas, também providenciados pelos seus acompanhantes.

• Passada a fase crítica, você irá para o quarto, onde permanecerá, em média, 4 dias.

Programando a sua recuperação

Você já retornou ao quarto onde a média de permanência é de quatro a cinco dias. Sua recuperação não terminou e ela depende muito de você.

• A recuperação ocorre de forma lenta (dura em média, de quatro a seis semanas) por causa da própria cirurgia, dos medicamentos e da falta de atividade. Nesse período, alguns fatores poderão deixar você mais sensível. Não se preocupe, é apenas uma fase, em que você terá dias melhores e outros mais difíceis (terá tristeza, desânimo, saudades, vontade de chorar, sentimento de incapacidade). É muito comum isso acontecer. Entretanto, é importante você não permitir que esses altos e baixos interfiram na sua recuperação. Mantenha-se confiante e desenvolva atividades que lhe tragam bem-estar.

• O tempo de recuperação não é igual para todos, e o retorno às suas atividades habituais deve ser orientado pela equipe.

• Não fique deitado durante todo o tempo: caminhe, mas com auxílio, porque é importante não fazer esforço exagerado. Evite cansaço. As caminhadas ajudam a circulação, aumentam o tônus dos músculos, seu vigor e sua disposição. As atividades físicas diminuem as dores musculares e os riscos de complicações pós-operatórias.

• A caminhada deve ser gradual e progressiva, em superfície plana e em temperatura agradável.

• Os exercícios respiratórios de tosse e de respiração profunda são extremamente importantes, pois ajudam a expandir os pulmões e a remover secreções que se acumulam na árvore brônquica. Mesmo que você sinta dor, realize os exercícios e solicite a ajuda do enfermeiro ou fisioterapeuta se tiver dúvidas na execução. É importante que você os realize, no mínimo, quatro vezes ao dia.

• Para as mulheres, principalmente aquelas de mamas grandes, recomenda-se o uso de sutiã para sustentar as mamas e evitar tração da pele na incisão cirúrgica. O sutiã deve ser confortável, para não apertar nem atrapalhar a cicatrização.

Cuidados importantes

Medicações

Siga rigorosamente as orientações dadas pela equipe de saúde, principalmente as relacionadas aos remédios utilizados para "afinar o sangue". Não se constranja de solicitar mais informações e busque ajuda caso ocorram reações inesperadas. Não interrompa o tratamento sem o conhecimento da sua equipe.

Sentar

Não é recomendado sentar por longos períodos de tempo, porque isso dificulta a circulação nas pernas provocando inchaço. Se quiser sentar, mantenha as pernas elevadas na altura do quadril e evite cruzá-las.

Receber visitas

As visitas curtas são recomendadas, no entanto, visitas em excesso causam cansaço e desconforto. Sempre que você se sentir cansado, peça licença e interrompa a visita.

Dirigir automóvel

Devido à diminuição dos reflexos causada pelo uso de medicamentos, pela fadiga e pelo estresse da própria cirurgia, evite dirigir automóvel antes de 6 semanas. Se nesse período você viajar de automóvel (de carona) e a viagem for longa, pare e caminhe um pouco, para evitar edema (inchaço) dos pés e das pernas.

Cicatrização da incisão

Sensação de inchaço, ardência, falta de sensibilidade ou coceira na cicatriz são comuns e desaparecem com o tempo. Tenha o cuidado para não forçar a área do tórax onde foi feito o corte para a cirurgia, porque o osso que foi cortado, chamado esterno, leva em média de quatro a seis semanas para cicatrizar; mas não deixe de tossir, mantenha uma postura correta e movimente livremente braços e ombros.

Ao verificar aumento do inchaço, dor, vermelhidão, febre e saída de secreções no corte, procure a sua equipe de saúde.

Banho

Você pode tomar banho de chuveiro. Entretanto, antes do banho as incisões que não estiverem secas devem ser protegidas. Após o banho, o curativo molhado deverá ser trocado imediatamente, sem fazer uso de qualquer tipo de medicamento. É importante durante o banho, manter perto de você uma pessoa para ajudá-lo até que se sinta em condições de fazê-lo sozinho.

Atividade sexual

A atividade sexual é saudável e poderá ser reiniciada logo que você começar a fazer os exercícios moderados. Você deve se sentir à vontade para isso; procure fazê-la de maneira a não causar esforço físico excessivo, procurando posições confortáveis.

Às pacientes, é recomendado evitar a gravidez até a recuperação completa.

Bebidas alcoólicas

A bebida alcoólica não é recomendada, porque aumenta os efeitos dos tranquilizantes e dos medicamentos para dormir. Somente faça uso de álcool com orientação médica.

Retorno ao trabalho

O retorno ao trabalho dependerá do seu estado geral, da sua disposição e do tipo de atividade que você executa. Siga a orientação de sua equipe de saúde.

Quando retornar ao trabalho, tenha em mente que a sua saúde é tão importante tanto quanto as suas atividades profissionais. Por isso:

- não fique longos períodos sem férias;
- respeite seus limites;
- não assuma mais compromissos do que pode aguentar;
- aprenda a delegar tarefas quando necessário;
- desenvolva a paciência consigo mesmo e com os outros.

Consulta com profissionais da saúde

Fique atento ao período de reconsulta recomendado por sua equipe de saúde após a cirurgia cardíaca e não deixe de ir, mesmo que se sinta bem. Anote as datas em lugar visível e em destaque.

Busque informações com sua equipe, pergunte quando tiver dúvidas ou estiver preocupado. Não esconda os sintomas, as alterações de comportamento, as trocas de medicamentos que acontecerem.

Se acontecer algo de diferente pergunte ao seu médico se isso tem algum significado ou não.

Família

A família tem um papel muito importante na recuperação do paciente, estimulando-o a seguir as orientações recebidas e propiciando-lhe condições para que realize atividades para as quais já tem condições. Ela também pode colaborar tranquilizando-o, não fazendo comentários em relação a problemas familiares, auxiliando-o na locomoção e na alimentação.

Recomendações e cuidados com a saúde

Procure ler sobre a sua doença e o tratamento recomendado. Também é fundamental conhecer os fatores de risco para essa doença e entender que se faz necessário modificá-los.

Fatores de risco

São situações que podem contribuir para o aparecimento da aterosclerose e consequente entupimento das coronárias. Esses fatores são divididos em não modificáveis – idade acima de 45 anos, sexo masculino, história familiar da doença – e potencialmente controláveis – colesterol alto, pressão alta, tabagismo, diabetes, sedentarismo, obesidade e estresse. Os fatores potencialmente controláveis são o alvo da nossa atenção, pois eles podem ser modificados.

Dislipidemia (colesterol alto)

É um importante fator de risco. Há basicamente dois tipos de colesterol: o bom colesterol (HDL) e o colesterol ruim (LDL). Quanto maiores

os níveis do bom colesterol, menor o risco de ter as coronárias entupidas, pois este colesterol evita que se formem as placas de gordura nas artérias. O exercício físico, a dieta balanceada e alguns medicamentos elevam os níveis do HDL, enquanto a obesidade e o tabagismo contribuem para a sua redução.

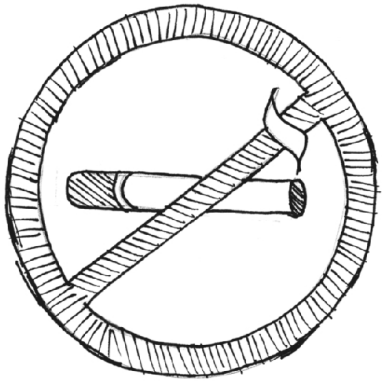
Hipertensão

A hipertensão arterial é outro fator de risco para a aterosclerose em todas as idades, mas principalmente após os 45 anos. Quanto mais elevados os níveis de pressão, maior o risco de doença cardíaca. O tratamento com medicamentos e um novo esquema de dieta possibilitam o controle da pressão, reduzindo a incidência de aterosclerose e problemas no coração.

Mantenha o controle de sua pressão arterial. Ao realizar medidas em casa, anote-as e leve para sua próxima consulta.

Tabagismo

O tabagismo é um importante fator de risco para várias doenças, destacando-se aqui o infarto do coração e o derrame cerebral. O consumo de cigarros aumenta a taxa de entupimento das artérias em 200%. A interrupção do fumo reduz esse risco para cerca de 50%. Portanto, deixar de fumar é um dos meios mais poderosos para diminuir o risco cardiovascular.



O fumo acelera os batimentos cardíacos, produz estreitamento dos va-

sos sanguíneos, aumenta a pressão arterial e o risco de infecções respiratórias e compromete o funcionamento dos pulmões. Se você achar necessário, procure serviços que possam auxiliá-lo no processo de parar de fumar. Se recair na primeira tentativa de abandono, não desista. Recomece quantas vezes for preciso.

Diabetes

O diabetes induz o aumento do colesterol ruim e aumenta a predisposição para a aterosclerose, sem contar que a frequência de infarto é duas vezes maior em pacientes com diabetes. Assim, o controle adequado dos níveis de açúcar no sangue poderá ajudar na redução desses riscos.

Sedentarismo

A falta de atividade física é fator de risco importante para o surgimento da doença cardíaca.

A prática de exercícios físicos oferece o benefício de baixar a pressão arterial, diminuir a freqüência cardíaca, reduzir o peso corporal, diminuir os níveis de colesterol ruim (LDL) e elevar os níveis do colesterol bom (HDL). Os exercícios também ajudam a relaxar as tensões diárias, melhorar a circulação no coração e nas pernas, diminuir a aterosclerose e aumenta a resistência física e diminui o estresse.

A prática de exercícios físicos, como caminhadas leves, é recomendada após seu restabelecimento, auxiliando efetivamente na recuperação, diminuindo os fatores de risco e aumentando a disposição para a vida diária.

Atividades não recomendadas:

- andar de bicicleta e de motocicleta;
- andar a cavalo;
- cortar a grama com máquinas ou tesouras;
- dirigir máquinas agrícolas e automóveis;
- carregar peso;
- fazer esporte aeróbico.

É importante que você se divirta realizando esportes e atividades, converse com seu médico e com a equipe de saúde para determinar a intensidade adequada da sua atividade física.

Não esqueça:
é seu corpo que irá dizer o que você pode fazer. Respeite seus limites!

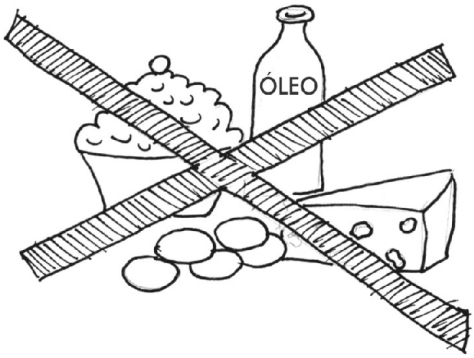
Obesidade

A obesidade é fator de risco para várias doenças, como diabetes, hipertensão, colesterol elevado e cardiopatia isquêmica. Ela está relacionada a baixos níveis de colesterol bom (HDL). Estima-se que o excesso de peso seja responsável por 40% dos entupimentos das coronárias, razão pelo qual seu tratamento é fundamental. Portanto, mantenha o seu peso dentro dos limites desejáveis.

O controle alimentar faz parte do tratamento. Procure seguir as orientações da equipe de saúde. Coma devagar, fracione a sua alimentação e evite comidas gordurosas em excesso.

É também necessário manter seu peso dentro dos limites desejáveis para um viver saudável.

Lembre-se:
o sal, a gordura e o açúcar em excesso podem prejudicar a sua saúde. Evite também o excesso de massas, pães, bolos e bolachas, que contribuem para o aumento de peso. A dieta orientada repõe energias, restabelece as funções corporais e auxilia especialmente no processo de cicatrização.



Estresse

Está comprovado que o estresse é um dos mecanismos que favorece a liberação de colesterol e que há forte relação entre estresse, ansiedade e doença coronária. O manejo do estresse é tão importante quanto a adequada ingestão de medicamentos, um esquema alimentar adequado, controle de pressão arterial e exercícios físicos.

Existem vários modos de lidar com o estresse, como realizar atividades que dão prazer e promovem a criatividade, a reflexão e a tranquilidade, como por exemplo:

- trabalhos manuais, jardinagem;
- participação em grupos de apoio e/ou convivência;
- prática de yoga, meditação, relaxamento e expressão artística;
- valorização da espiritualidade.

Por isso, é fundamental não só que você fique calmo durante o procedimento de recuperação, mas também que procure manter um ritmo de vida o mais tranquilo possível, buscando entender o que está acontecendo com suas emoções.

Procure dormir em torno de 8 horas por noite e faça períodos de repouso durante o dia.

Coordenadoria de Comunicação do HCPA - novembro/22 - PES023 - 285451
Aprovado pelo Conselho Editorial em novembro/22

UFRGS
UNIVERSIDADE FEDERAL
DO RIO GRANDE DO SUL

HOSPITAL DE
CLÍNICAS
PORTO ALEGRE RS

SERVIÇO DE ENFERMAGEM CARDIOVASCULAR, NEFROLOGIA E IMAGEM

Rua Ramiro Barcelos, 2350
Largo Eduardo Z. Faraco
Porto Alegre/RS 90035-903
Fone (51) 3359.8000
www.hcpa.edu.br