Educação em Saúde
VOL. 34
PUBLICAÇÃO AUTORIZADA

Marcapasso:

Orientações para pacientes e cuidadores

HOSPITAL DE CLÍNICAS
PORTO ALEGRE RS

Marcapasso:

Orientações para pacientes e cuidadores

Serviço de Enfermagem Cardiovascular,

Nefrologia e Imagem (SENCI)

Este manual contou com a colaboração de: das professoras Isabel Cristina Echer, Lygia A. Becker, enfermeiras Solange Maria Braun Gonzalez, Juliana Kruger, Fernanda Guarilha Boni e da acadêmica Yasmin Lorenz da Rosa e do médico Diego Chemello.

Sumário

APRESENTAÇÃO 5

O coração 7

O marcapasso 7

A cirurgia de implante de marcapasso 8

Cuidados pós-implante de marcapasso definitivo 9

Interferências no uso do marcapasso 14

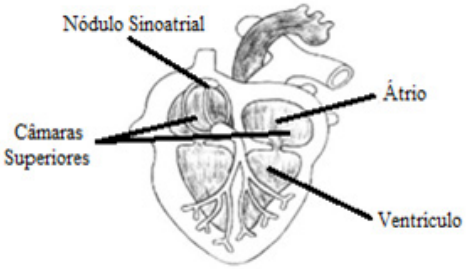
Cuidados com a saúde 16

Apresentação

Este manual foi elaborado a partir de revisão de literatura atualizada, colaboração de especialistas da área, depoimentos de pacientes e familiares e vivências profissionais das autoras. Seu objetivo é auxiliar pacientes portadores de marcapasso e seus cuidadores a conhecerem mais sobre este aparelho.

O coração

O coração é o órgão responsável por levar sangue para todo o corpo. Para que isso ocorra, ele depende de impulsos elétricos comandados pelo nódulo sinoatrial (uma pequena região ovalada na parte superior do coração) que percorrem o sentido das câmaras superiores (átrios) para as inferiores (ventrículos) e coordenam as suas contrações. Esta sequência permite que o coração bata de forma rítmica e regular, o que é chamado de um batimento ou frequência cardíaca normal. Por este motivo, o nódulo sinoatrial também conhecido como o marcapasso natural do coração.



Diferentes doenças podem interferir no ritmo normal dos batimentos, como consequência, o coração pode bater de forma irregular e/ou lentamente, necessitando, assim, do uso do marcapasso artificial.

O marcapasso

Quando os impulsos gerados pelo nódulo sinoatrial não ocorrem como deveriam, outras regiões do coração podem assumir a condução do ritmo cardíaco. Muitas vezes, entretanto, o coração não consegue atingir uma frequência adequada ou ocorrem áreas de bloqueio que impedem que os estímulos gerados no nódulo sinoatrial cheguem até os ventrículos. Nesses casos, a frequência do coração pode chegar a

30 batimentos por minuto ou menos (quando o normal é de 60 a 100 batimentos por minuto). Nesta situação é necessário o uso do marcapasso artificial.

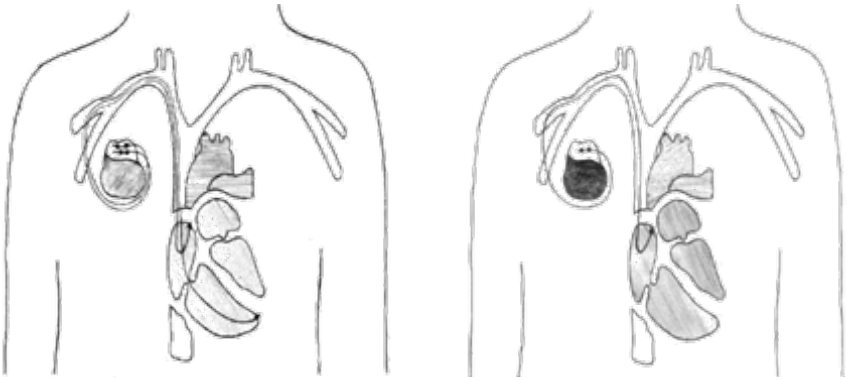
A função do marcapasso é fornecer estímulos elétricos ritmados e regulares ao músculo cardíaco para o controle da frequência dos batimentos do coração, assegurando a sua capacidade de funcionamento de maneira semelhante a do marcapasso natural.

O marcapasso artificial é um gerador de impulso que utiliza como fonte de energia uma bateria que tem um tempo de vida de cinco a 12 anos ou até mais.

A escolha do marcapasso é realizada pela equipe médica visando atender as necessidades específicas de cada paciente. Dependendo da indicação clínica, pode ser usado um marcapasso de uma ou de duas câmaras. No sistema de dupla câmara, normalmente, um eletrodo é colocado no átrio e outro no ventrículo.

A cirurgia de implante de marcapasso

No dia do implante de marcapasso, você poderá vir de casa diretamente para o bloco cirúrgico ou até mesmo estar previamente internado. O tempo da cirurgia para o implante de marcapasso é de aproximadamente duas horas. Normalmente, o procedimento é com anestesia local e o corte é realizado próximo ao ombro (abaixo da clavícula). Durante a cirurgia, um eletrodo é introduzido através de uma veia até o coração. Um monitor de Raios X é utilizado para controlar a posição correta do eletrodo dentro do átrio direito ou do ventrículo direito. O gerador é colocado abaixo da pele ou do músculo na região clavicular. Em casos especiais, o gerador precisa ser colocado na região abdominal.



Logo após o término da cirurgia, o registro dos seus batimentos cardía-cos é monitorado por um aparelho do tipo eletrocardiograma. A recuperação, após a cirurgia, normalmente ocorre em um quarto na unidade de internação e leva em torno de um a dois dias

Em determinadas situações especiais, os cabos de marcapasso não podem ser implantados por dentro da veia, sendo necessário o implante desses pela parte externa do coração (eletrodos epicárdicos). Nesses casos, o procedimento torna-se mais complexo, exigindo anestesia geral e tempo de recuperação maior após o implante. Se esse for o seu caso, certamente você receberá explicações adicionais. Converse com a equipe médica!

Cuidados pós-implante de marcapasso definitivo

• Nas primeiras 24 horas você ficará com curativo compressivo e fechado no local da inserção do marcapasso, não devendo ser molhado. Após esse período, durante três dias, o curativo deve ser trocado diariamente, depois, ficará sem curativo. Você deverá manter o braço junto ao corpo, para evitar sangramento e deslocamento do gerador

• Fique atento a sinais de tremores musculares e/ou soluços

• Observe frequentemente o local da inserção do marcapasso e avise se ocorrer sangramento

• Após 24 horas, o curativo poderá ser trocado, conforme a orientação da equipe

• Use roupas frouxas ao redor da área do implante do marcapasso até que ocorra a cicatrização

• Proteger o curativo no banho com filme plástico nas primeiras 48 horas. Não utilizar produtos cosméticos e não coçar

• Quando você utilizar um marcapasso de demanda, alguns batimentos são espontâneos e outros regulados, o que significa que seu pulso pode ser irregular

Movimentação

• O braço do lado no qual foi implantado o marcapasso ficará imobilizado junto ao tórax, geralmente por 24 horas. Após esse período e conforme a avaliação da equipe médica, você poderá realizar atividades simples como manusear talheres, escovar os dentes, tomar banho

• Você NÃO deve elevar o braço acima da altura do ombro ou carregar peso (acima de 2 Kg). Isso pode causar deslocamento dos eletrodos com necessidade de novo procedimento cirúrgico para reposicionamento

• A movimentação completa do braço do lado da operação leva em média quatro semanas

• Faça repouso de 24 a 48 horas ou de acordo com orientação da equipe de saúde, pois este período de tempo propicia a estabilização do marcapasso no coração, impedindo o seu deslocamento

• Evite deitar sob o lado do implante por no mínimo duas semanas do pós-operatório. Se possível, tente manter este cuidado nos dois meses seguintes

• A atividade sexual pode voltar a ser praticada após 48 horas, exceto quando houver restrição explícita. Cuidado com a movimentação do braço nas primeiras 4 semanas

• Evite esportes de impacto como golfe, tênis, basquete, andar a cavalo, até que a volta destas atividades seja permitida pela equipe profissional

• Evite traumatismos (batidas de qualquer tipo) sobre a área do marcapasso

• Faça movimentos de respiração profundos para melhorar a sua ventilação e prevenir infecções respiratórias

• 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

• Ao vestir a sua roupa, faça com calma, procurando não realizar movimentos exagerados com os braços. Peça auxílio se necessário

Dor

• Massagens suaves nas costas podem promover relaxamento e diminuir a tensão

• Atividades recreativas sem esforço podem descontrair e diminuir a dor

• Tome os medicamentos conforme orientação médica

Infecções

• Fique atento à sensação de febre, sensibilidade alterada e desconforto no local da ferida operatória, pois podem indicar sinal de infecção

• Observe o local da inserção do marcapasso e, se você perceber que a região está quente, vermelha ou muito sensível comunique imediatamente a equipe

• O curativo será trocado somente após 24 horas e, na alta hospitalar, não será mais necessário

• Siga rigorosamente as orientações dadas pela equipe de saúde. Não se constranja de solicitar mais informações e busque ajuda caso ocorram reações inesperadas. Não interrompa o tratamento sem o conhecimento da sua equipe

Visitas

• As visitas curtas são recomendadas, pois visitas longas e em excesso causam cansaço e desconforto. Por isso você deve evitá-las

Bebidas alcoólicas

• O uso de bebida alcoólica não é recomendada

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 quanto as suas atividades profissionais

Dirigir

• Devido à diminuição dos reflexos causada pelo uso de medicamentos, pela fadiga e pelo estresse da própria cirurgia, evite dirigir automóvel antes de duas semanas, período necessário para a cicatrização da cirurgia. Se você viajar de automóvel neste período (de carona) e a viagem for longa, pare e caminhe um pouco, para evitar edema (inchaço) dos pés e das pernas. No caso de direção profissional (coletivos ou carros particulares como táxis e aplicativos), o retorno deve ser após seis semanas da cirurgia

Consulta com profissionais da saúde

• Fique atento ao período da revisão periódica recomendada por sua equipe de saúde e não deixe de ir, mesmo que se sinta bem. Em situações usuais, essas revisões ocorrem no primeiro mês após o implante e, na sequência, de uma a duas vezes por ano. Quando a bateria se aproximar do fim, essas revisões podem ocorrer com mais frequência. Anote as datas em lugar visível e em destaque!

• Pergunte a sua equipe quando tiver dúvidas ou estiver preocupado. Não esconda os sintomas, as alterações de comportamento e as trocas de medicamentos

• Procure imediatamente um médico quando sentir tonturas, desmaio, dor torácica, falta de ar, cansaço, soluços prolongados ou freqüência cardíaca muito baixa (inferior a 30 batimentos/minuto). Estes sintomas podem indicar uma falha no marcapasso. Se acontecer algo de diferente, pergunte ao seu médico se isso tem algum significado ou não

• Leve SEMPRE consigo o cartão de identificação contendo os dados sobre o seu marcapasso. Esse cartão deve ser fornecido após o implante do aparelho. Se você não recebeu um ou perdeu, solicite um novo à equipe médica

Interferência no uso do marcapasso

No ambiente hospitalar, algumas situações podem oferecer riscos na função do marcapasso ocasionando falha ou dano permanente ao aparelho e, por isto, requerem alguns cuidados.

Aparelhos	**Cuidados**
Eletrocautério unipolar	Procedimentos cirúrgicos que requerem cuidados especiais e, eventualmente, há a necessidade de reprogramação temporária do marcapasso. O modelo de eletrocautério bipolar tem menos risco de causar interferências. Informe a equipe cirúrgica sobre a presença de marcapasso
Desfibrilador	Na aplicação do choque, nunca deve ser feita a colocação direta das pás do desfibrilador sobre o gerador de marcapasso e áreas próximas (15 cm)
Ressonância magnética	Há contraindicação absoluta na maioria dos casos, pois a força do campo magnético pode alterar a programação do marcapasso, além de provocar a movimentação do gerador e dos cabos. Em alguns países, incluindo o Brasil, já são comercializados aparelhos de marcapasso e eletrodos compatíveis com aparelhos de ressonância magnética. Esses aparelhos ainda não são usados rotineiramente e sua indicação obedece a critérios médicos

Radioterapia	Deve-se proteger o gerador com chumbo durante as sessões, e, se o marcapasso es tiver diretamente no campo de irradiação, deve ser trocado de lugar. Como medida de prevenção, você deverá ser monitora do durante, depois e algumas semanas após a terapia
Colchão magnético	Contraindicado pelo risco de alterar sua programação do marcapasso

Aparelhos que você pode utilizar com segurança

- Rádio
- Televisão
- Aparelhos de som
- Secadores de cabelo
- Barbeadores e outros aparelhos que produzem vibração (escova dental elétrica, aparador de grama, vibradores para massagens)
- Aspirador de pó, enceradeiras, brinquedos eletrônicos
- Máquina de lavar; máquina de secar, ferro elétrico, liquidificador, batedeira
- Equipamento de escritório como computador e fax
- Chuveiro
- Alarmes anti-roubo e os de segurança de aeroportos – somen-

te disparam, mas não causam dano ao marcapasso. Para evitar transtornos, mostre seu cartão de identificação de portador de marcapasso

• Porta giratória de agência bancária – evitar exposição por tempo superior a dois minutos

• Aparelho celular – ao usá-lo posicione-o no ouvido do lado contrário ao do implante. Não utilize ou guarde o telefone perto do marcapasso, porque poderá ocasionar interferência no telefone

• Forno de microondas – os fornos de microondas os fornos de microondas já foram apontados como causadores de interferências, às custas de "fuga de energia", por vedação ineficiente do sistema. Os avanços tecnológicos dos marcapassos e a blindagem atual dos fornos de microondas tornam essa possibilidade bastante remota. Por precaução, recomenda-se que o portador de marcapasso mantenha-se afastado dois metros do microondas em funcionamento

• Esteira e bicicleta ergométrica – poderá ser utilizada com prévia autorização da equipe médica

Atenção: o aferimento adequado das instalações e a correta manutenção dos aparelhos elétricos são necessários para que não ocorra interferência ou danos no marcapasso.

Cuidados com a saúde

Alguns hábitos são essenciais para manter sua vida saudável, como:

Parar de fumar

O fumo acelera os batimentos cardíacos, produz estreitamento dos

vasos sanguíneos, aumenta a pressão arterial e o risco de infecções respiratórias e compromete o funcionamento dos pulmões. Por isso, é importante procurar serviços que possam auxiliá-lo no processo de parar de fumar. Se recair na primeira tentativa de abandono, não desista. Recomece e tente parar novamente.

Praticar exercícios

A prática de exercícios físicos, como caminhadas leves, é recomendada após seu restabelecimento. A atividade física auxilia efetivamente no seu tratamento, aumentando a disposição para a vida diária.

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

Alimentação saudável

O controle alimentar faz parte do tratamento; procure seguir as orientações da equipe de saúde e manter seu peso dentro dos limites desejáveis para um viver saudável. Coma devagar, fracione a sua alimentação e evite comidas gordurosas em excesso.

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 do peso. A dieta orientada repõe energias, restabelece as funções corporais e auxilia especialmente no processo de cicatrização.

Evitar o estresse

O manejo do estresse é tão importante quanto o uso de medicamentos. Existem vários modos de lidar com o estresse, como realizar atividades que dão prazer e promovem a criatividade, a reflexão e a tranqüilidade.

É fundamental buscar maneiras de ficar calmo durante a sua recuperação e também manter um ritmo de vida o mais tranquilo possível. Procure dormir em torno de oito horas por noite e faça períodos de repouso durante o dia. Evite dormir por 10 dias sobre o lado onde foi colocado o dispositivo.

Expressar sentimentos e preocupações são atitudes normais que podem diminuir a ansiedade e auxiliar na recuperação. Se você perceber que anda muito nervoso, triste e desanimado, procure sua equipe de saúde, que poderá lhe indicar um tratamento específico.

Você tem condições de levar uma vida saudável, desde que siga corretamente as orientações recebidas e que acredite nelas.

Anotações:

Coordenadoria de Comunicação do HCPA - novembro/22 - PES034 - 275533
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 (SENCI)

Rua Ramiro Barcelos, 2350
Largo Eduardo Z. Faraco
Porto Alegre/RS 90035-903
Fone 51 3359 8000
www.hcpa.edu.br