

## **PÓS OPERATÓRIO ENDOSCOPIA**

Pós-operatório imediato

Após o término do procedimento, o paciente é assistido pela equipe médica e fica em observação na seção de “Recuperação Pós-Anestésica” até estar em segurança para ser transferido para o quarto.

### **Posso andar após a cirurgia?**

A regra é que o paciente seja liberado para deambular no primeiro dia pós-operatório de coluna com auxílio da equipe de fisioterapia e enfermagem. Os procedimentos minimamente invasivos da coluna, muitas vezes, permitem a deambulação e alta poucas horas após a cirurgia.

O processo cirúrgico e anestésico pode gerar eventualmente fraqueza e tontura transitória, motivo pelo qual é importante que o paciente esteja amparado quando andar e tomar banho nos primeiros dias após a cirurgia.

### **Quais são os sintomas pós-operatório de coluna mais comuns?**

As patologias da coluna, a anestesia e a própria cirurgia em si podem gerar sintomas pós-operatórios. É importante mencionar que, na maioria das vezes, são sintomas leves e controlados com as medicações e recomendações médicas. Além disso, é esperado que diminuam gradativamente conforme os dias forem passando.

### **Os principais sintomas pós-operatórios de coluna são:**

- Dor no local da cirurgia
- Náuseas e vômitos
- Fraqueza
- Tontura
- Constipação
- Retenção urinária

### **Principais recomendações nas primeiras quatro semanas de pós-operatório de coluna?**

O primeiro retorno é agendado entre 10 e 20 dias após a cirurgia. Até esta nova avaliação, o importante é que o paciente não se esforce de forma exagerada para que se complete o processo inicial de cicatrização. As recomendações pós-operatórias gerais são:

- Manter o colete de Putti alto por tempo integral por 30 dias e retirar apenas para os banhos.
- Evite fletir e girar coluna lombar. Mantendo a coluna lombar o mais alinhada possível.
- Troque o curativo diariamente após limpeza com sabão neutro, cubra com gaze e micropore após secar.
- Higienizar bem as mãos antes de fazer a troca do curativo.
- Utilizar as medicações prescritas pelo médico de forma correta.
- Os pontos são retirados na consulta de retorno entre 15-20 dias após a cirurgia, com a confirmação de cicatrização adequada.
- Evite esforços excessivos como longas caminhadas, corridas ou pegar peso.

- Evite subir e descer escadas de forma excessiva. Utilize o corrimão ou apoio.
- Alimentação livre. Opte por alimentos leves e laxativos, pois algumas medicações podem gerar constipação.
- Mantenha a hidratação adequada pelo mesmo motivo.
- O paciente deve realizar o autocuidado (andar pela casa, usar o banheiro, trocar de roupa, alimentar-se, tomar banho etc).
- Mantenha uma deambulação para estimular a circulação e evitar trombose.
- Mobilize os membros inferiores e superiores, mesmo que deitado, pelo mesmo motivo.
- As posições mais adequadas para dormir são de lado ou de costas (abdômen para cima). Evite dormir de bruços.
- Relações sexuais podem ser retomadas após 2 semanas de forma gradativa e evitando esforço.
- Iniciar de fisioterapia para reabilitação após 30 dias se sem queixas álgicas.
- Retornar ao trabalho após 30-45 dias.
- Pode iniciar caminhadas após 30 dias se sem queixas álgicas.
- Dirigir automóveis após 15 dias.
- Gelo: pode ser utilizado nos primeiros dias. Gelo ajuda na contração dos vasos sanguíneos, diminuindo fluxo, e controlando a inflamação e possíveis espasmos.
- Evitar ficar na mesma posição por mais de uma hora.
- Escolha um colchão firme.

**Fique de olho nos seguintes sinais de alerta e procure a equipe se:**

- Vermelhidão na região ferida;
- Secreção espessa ou com pus;
- Demora na cicatrização (acima de 10 dias);
- Inchaço nas pernas (pode ser trombose);
- Febre e calafrios;
- Dores intensas apesar da medicação prescrita.

**É importante evitar infecções na região operada.**

Para isso, é fundamental que os curativos sejam realizados de maneira cuidadosa e bem higiênica.

Os cuidados envolvem:

- Trocar os curativos com frequência, evitando que fiquem sujos;
- Higienizar bem as mãos antes de fazer a troca do curativo;
- Higienizar a região operada;
- Ao banhar, retire o curativo e faça a limpeza após banho com soro fisiológico e deixe-o seco, evitando que o curativo fique úmido.
- Secar a ferida com cuidado antes de aplicar novo curativo;
- Informar ao médico imediatamente caso haja alguma alteração na coloração, aspecto ou qualquer secreção advinda da ferida

Dr. Leonardo M. Guerra  
Ortopedia e Traumatologia e cirurgião de Coluna  
CRM: 188176 TEOT: 17155 RQE: 94282