DR. AURICELIO BATISTA

ORIENTAÇÕES PÓS-OPERATÓRIAS DA CIRURGIA DE COLUNA

GUIA COMPLETO PARA VOCÊ



ORIENTAÇÕES PÓS-OPERATÓRIAS DETALHADAS: CUIDADOS COM A FERIDA E RECUPERAÇÃO DA CIRURGIA DE COLUNA

Prezado(a) Paciente,

Sua recuperação após a cirurgia de coluna é um processo que requer atenção e cuidado. Estas orientações foram elaboradas para ajudá-lo(a) a ter uma cicatrização adequada e a prevenir complicações, garantindo um retorno seguro e eficaz às suas atividades diárias.

Leia-as com atenção e não hesite em contatar nossa equipe em caso de dúvidas.

DR. AURICELIO BATISTA



Dr. Auricelio Batista
NEUROCIRURGIA

1

CUIDADOS COM A FERIDA CIRÚRGICA

1. Higiene Fundamental: Mãos e Toalhas

- **Lave as Mãos Rigorosamente:**
  Antes e depois de qualquer contato com a ferida, lave bem as mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos. Se não for possível lavar, utilize álcool em gel 70%. Este é o passo mais importante para evitar a introdução de germes.



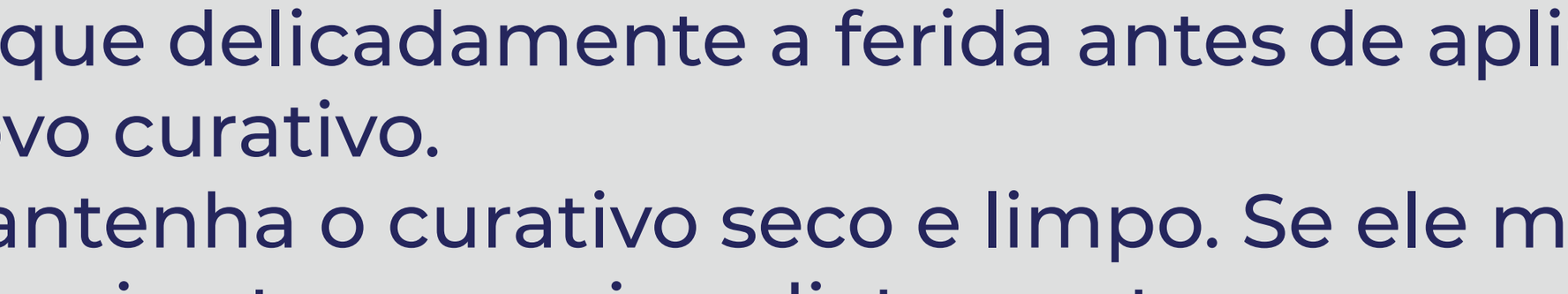
- **Toalha Pessoal e Limpa Diariamente:**
  Utilize sempre uma toalha de banho limpa e macia, exclusiva para você, trocando-a diariamente. Nunca compartilhe sua toalha.

1

2. Cuidados com o Curativo

- **Proteção Inicial**
  O primeiro curativo feito após a cirurgia deve ser mantido conforme a orientação da equipe médica no hospital. Evite molhar este curativo inicial.

- **Troca Contínua de Curativo:**
  - Você deverá manter o curativo sobre a ferida nos primeiros 5 a 7 dias após a cirurgia, ou até que a ferida esteja completamente seca e cicatrizada.
  - Refaça o curativo sempre após o banho, utilizando gazes estéreis e micropore/esparadrapo antialérgico.
  - Com as mãos higienizadas, remova o curativo antigo com cuidado.
  - Observe a ferida e, se necessário, limpe suavemente com soro fisiológico estéril e gaze.
  - Seque delicadamente a ferida antes de aplicar o novo curativo.
  - Mantenha o curativo seco e limpo. Se ele molhar ou sujar, troque-o imediatamente.



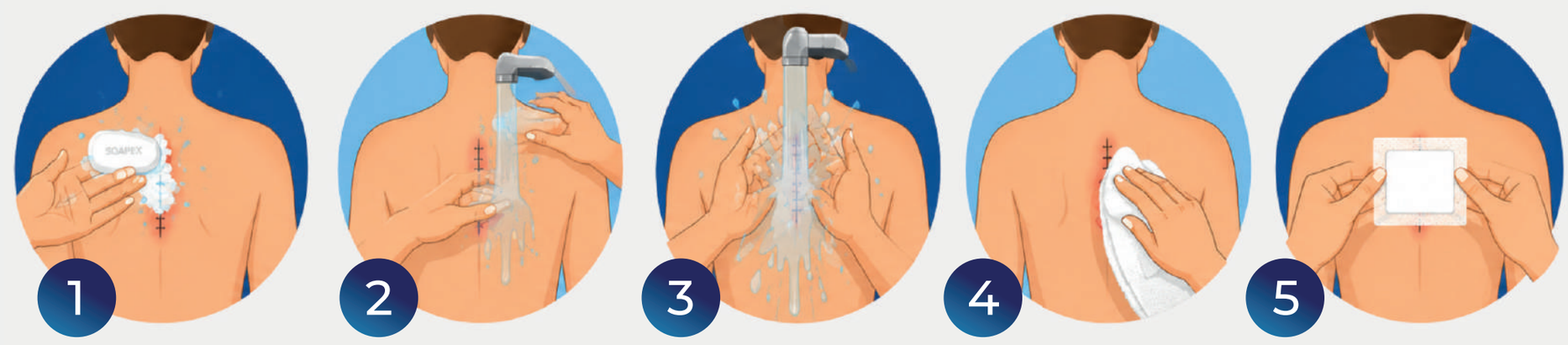
1

3. Higiene Pessoal e Banho

- **Banho Diário:** É fundamental tomar banho diariamente para manter a higiene corporal.

- **Lave a Ferida Operatória:** Durante o banho, você pode lavar a ferida operatória diretamente.

1. Utilize apenas o sabonete Soapex, que é antisséptico. Faça espuma com as mãos e passe suavemente sobre a ferida.
2. Não esfregue vigorosamente a ferida. Apenas deixe a água e o sabonete agirem.
3. Enxágue abundantemente com água limpa, garantindo que todo o sabonete seja removido.
4. Após o banho, seque a ferida e a área circundante com uma toalha limpa e macia, dando leves batidinhas, sem esfregar.

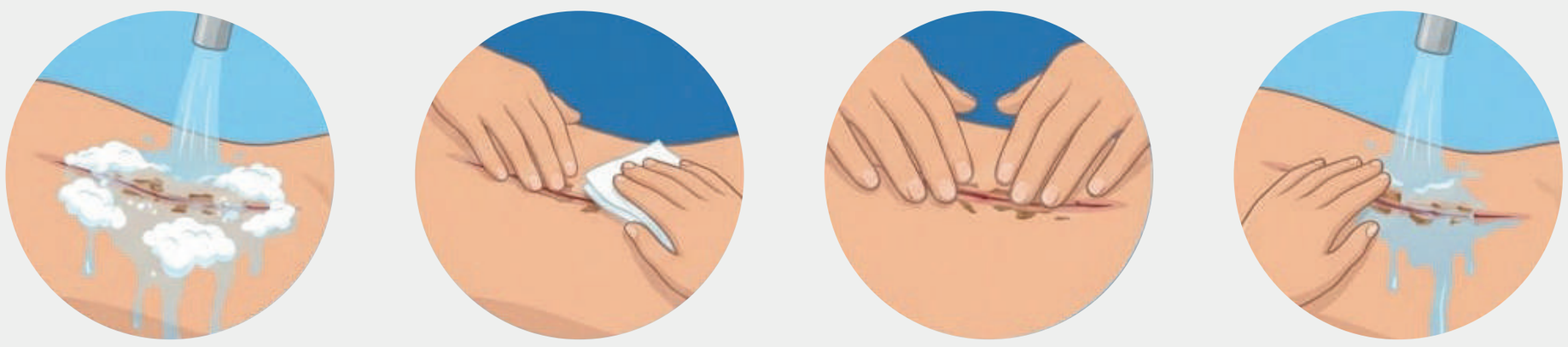


1

4. Remoção das Crostas: Um Passo Crucial para Cicatrização

- **Importância:** As crostas que se formam sobre a ferida, embora pareçam protetoras, na verdade impedem a cicatrização adequada e podem servir como meio para proliferação bacteriana. Elas precisam ser removidas gentilmente assim que se formam.

- **Como Remover:** Durante o banho diário, a água morna e o sabonete Soapex ajudarão a amolecer as crostas. Com as pontas dos dedos (limpas!) ou uma gaze macia, remova-as suavemente. Jamais utilize as unhas para remover as crostas, pois isso pode ferir a pele e introduzir infecções. Não force a remoção de crostas secas ou aderidas; elas sairão mais facilmente nos banhos seguintes. O objetivo é manter a ferida limpa e exposta ao ar para melhor cicatrização.



5. Clorexidina Spray (Antisséptico)

- **Aplicação:** Após o banho e secar a ferida, aplique o clorexidina spray **APENAS AO REDOR DA FERIDA,** na pele adjacente.

NÃO APLIQUE DIRETAMENTE NA INCISÃO OU PONTOS.



- A clorexidina é para a pele íntegra ao redor, como uma proteção adicional, e não para dentro da ferida cirúrgica.

1

6. Proteção e Prevenção de Trauma na Ferida



- **Não Coçar a Ferida:** A coceira é comum durante a cicatrização, mas coçar pode reabrir a ferida, introduzir bactérias e atrasar o processo. Se a coceira for intensa, informe a equipe.



- **Evite Deitar Sobre a Ferida:** Evite dormir ou sentar-se de forma que a ferida cirúrgica sofra pressão direta, para não causar trauma, desconforto ou atrasar a cicatrização.



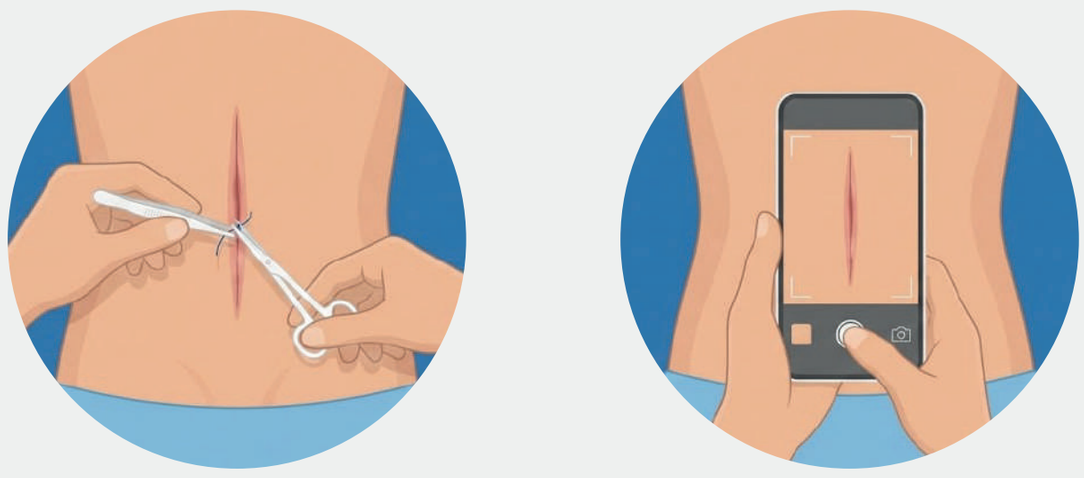
- **Proteção Solar:** Evite a exposição direta ao sol na ferida por pelo menos 60 dias. A radiação UV pode causar hiperpigmentação (mancha escura) permanente na cicatriz e dificultar a cicatrização. Cubra a área com roupas ou curativo ao se expor ao sol.

7. Retirada dos Pontos/Grampos

- Os pontos (ou grampos) cirúrgicos serão retirados pela nossa equipe em **aproximadamente 14 dias após a cirurgia.** O agendamento será feito na sua alta ou no seu retorno ambulatorial.

8. Monitoramento e Acompanhamento

- **Envio de Fotos:**
  Para que nossa equipe possa monitorar de perto sua cicatrização, pedimos que envie **fotos da ferida a cada 3 dias** para nossa assistente, Anne Karoline. As fotos devem ser claras, bem iluminadas e mostrar a ferida por inteiro.



2

RECOMENDAÇÕES GERAIS CRUCIAIS PARA CIRURGIA DE COLUNA

Além dos cuidados com a ferida, sua recuperação da cirurgia de coluna exige atenção a outros aspectos fundamentais:

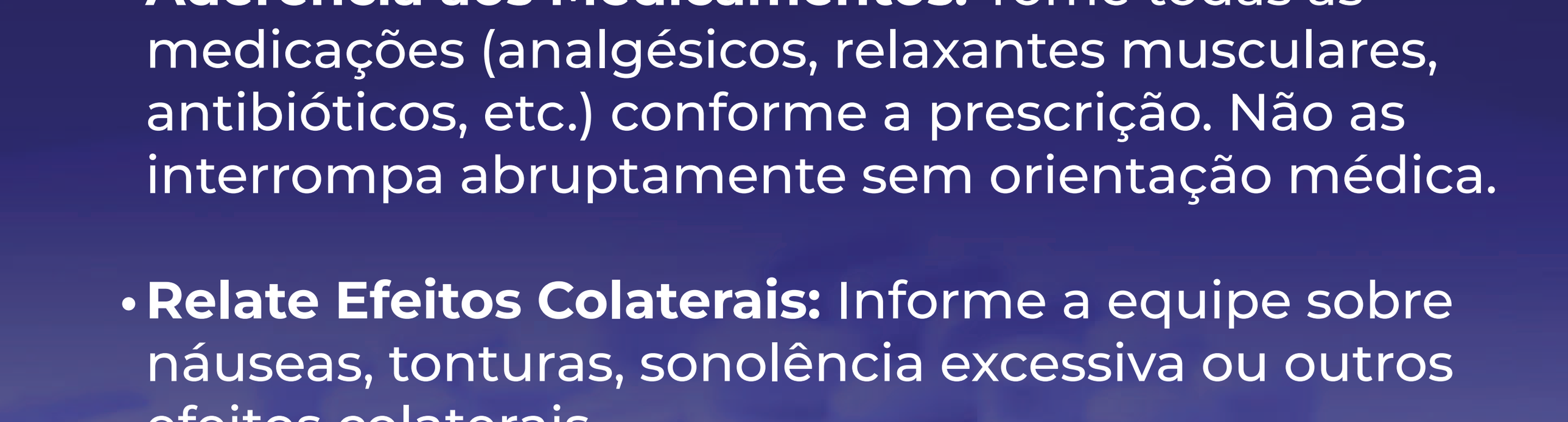
1. Manejo da Dor e Medicação

- **Dor Pós-Operatória:** É normal sentir dor, mas ela deve ser controlável. Tome os analgésicos e anti-inflamatórios prescritos regularmente, nos horários indicados, para manter a dor sob controle.

- **Não Espere a Dor Intensificar:** É mais fácil controlar a dor leve do que a dor forte.

- **Aderência aos Medicamentos:** Tome todas as medicações (analgésicos, relaxantes musculares, antibióticos, etc.) conforme a prescrição. Não as interrompa abruptamente sem orientação médica.

- **Relate Efeitos Colaterais:** Informe a equipe sobre náuseas, tonturas, sonolência excessiva ou outros efeitos colaterais.



2

2. Mobilização, Postura e Atividade Física

- **Mobilização Precoce e Progressiva:** É importante levantar e caminhar pequenos percursos, conforme orientado pela equipe hospitalar. Ficar muito tempo parado pode atrasar a recuperação.

- **Restrições de Movimento (Os 3 "NÃO"):**
  - **NÃO LEVANTE PESO:** Evite levantar qualquer objeto pesado (geralmente acima de 2-3 kg) por pelo menos 6 semanas.
  - **NÃO DOBRE A COLUNA:** Mantenha a coluna reta. Ao pegar algo do chão, agache-se, mantendo as costas eretas.
  - **NÃO TORÇA O TRONCO:** Evite movimentos de rotação do tronco. Mova o corpo todo (pés e quadril) ao virar-se.

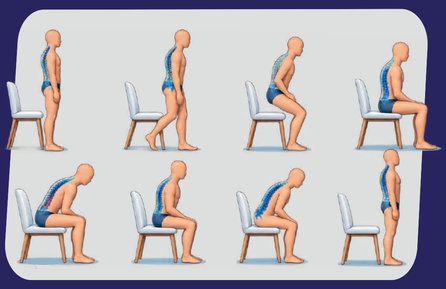


- **Postura Adequada:** Mantenha a coluna em posição neutra ao sentar, levantar e deitar. Evite cadeiras moles e prefira as mais firmes com apoio lombar.

2

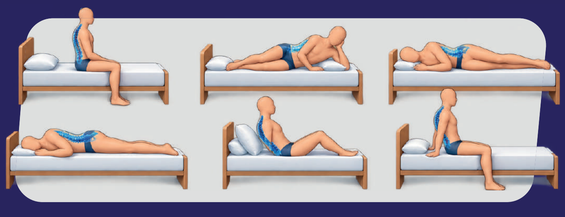
- **Como Sentar e Levantar:**

  - **Para sentar:** Aproxime-se da cadeira, sinta o encosto, apoie as mãos nos joelhos ou nas coxas e desça lentamente, mantendo a coluna reta.
  - **Para levantar:** Incline-se para frente, apoie as mãos nos joelhos ou nas coxas e levante-se usando a força das pernas, mantendo a coluna ereta.



- **Como Deitar e Levantar da Cama:**

  - **Para deitar:** Sente-se na beirada da cama, vire-se de lado, apoiando os braços, e deite-se lentamente.
  - **Para levantar:** Vire-se de lado, empurre-se com os braços, e coloque as pernas para fora da cama antes de se sentar.



- **Evite Posições Prolongadas:** Alterne entre sentar, ficar em pé e caminhar. Evite ficar muito tempo na mesma posição.

- **Uso de Colete/Órtese:** Se for prescrito o uso de colete ou órtese, utilize-o conforme a orientação da equipe, retirando-o apenas para o banho e para dormir, se autorizado.

2

3. Fisioterapia e Reabilitação

- **Siga o Programa:** Inicie a fisioterapia conforme indicado. Os exercícios são essenciais para fortalecer a musculatura da coluna, restaurar a flexibilidade e melhorar a postura.

- **Não Faça Exercícios não Autorizados:** Evite qualquer atividade física ou exercício que não tenha sido especificamente liberado pelo seu médico ou fisioterapeuta.

4. Dieta e Hidratação

- **Nutrição Adequada:** Mantenha uma dieta balanceada, rica em proteínas (carnes magras, ovos, laticínios), vitaminas e minerais (frutas, vegetais) para auxiliar na cicatrização e recuperação muscular.

- **Hidratação:** Beba bastante água para manter-se hidratado(a) e prevenir a constipação, que pode causar esforço e pressão na coluna.

- **Evite: Alimentos ultraprocessados, ricos em açúcar e gordura, que podem dificultar a recuperação.**

2

5. Sinais de Alerta e Complicações (O que Monitorar)

Além dos sinais de infecção na ferida, é crucial monitorar outros sintomas que podem indicar complicações neurológicas ou outras intercorrências:

- **Febre:** Temperatura corporal superior a 38°C.
- **Piora da Dor:** Dor que aumenta em intensidade, que não melhora com a medicação ou que irradia para pernas/braços.
- **Fraqueza ou Dormência:** Piora da fraqueza ou dormência nas pernas, braços, pés ou mãos.
- **Alterações da Função Urinária ou Intestinal:** Dificuldade para urinar, incontinência urinária ou fecal, ou constipação grave.
- **Inchaço, Vermelhidão ou Dor na Panturrilha:** Pode indicar trombose venosa profunda.
- **Dificuldade para Respirar ou Dor no Peito:** Procure ajuda médica imediatamente.
- **Saída de Líquido Claro pela Ferida:** Pode indicar fístula liquórica e requer atenção imediata.

Em caso de qualquer um desses sintomas, **entre em contato com nossa equipe imediatamente** ou procure um pronto-socorro.

6. Tabagismo e Álcool

- **Evite Completamente:** O fumo prejudica severamente a cicatrização óssea e de tecidos moles, aumentando o risco de complicações. O álcool pode interagir com seus medicamentos e também atrapalhar a recuperação.



7. Aspectos Emocionais e Psicológicos

- **Paciência e Resiliência:** A recuperação da cirurgia de coluna pode ser um processo demorado e desafiador. Tenha paciência consigo mesmo(a), celebre pequenas vitórias e não se desanime com os contratempos.

- **Apoio:** Conte com o apoio de familiares e amigos. Não hesite em conversar sobre suas preocupações. Se sentir ansiedade ou tristeza persistente, informe a equipe.



Sua colaboração é fundamental para o sucesso de sua recuperação. Estamos à disposição para qualquer suporte.

CRONOGRAMA DE RECUPERAÇÃO

Primeira Semana:
- Repouso relativo
- Curativo diário
- Mobilização leve conforme orientação
- Controle rigoroso da dor

Segunda Semana:
- Aumento gradual da mobilidade
- Retirada dos pontos (por volta do 14° dia)
- Início da fisioterapia (se indicado)

Terceira à Sexta Semana:
- Progressão das atividades
- Fortalecimento gradual
- Retorno progressivo às atividades diárias

Após 6 Semanas:
- Reavaliação médica
- Liberação gradual de atividades
- Continuidade da fisioterapia

CHECKLIST DE CUIDADOS DIÁRIOS

Use este checklist para acompanhar seus cuidados diários:

[ ] Lavei as mãos antes de tocar na ferida

[ ] Tomei banho e lavei a ferida com Soapex

[ ] Removi crostas gentilmente (se houver)

[ ] Apliquei clorexidina ao redor da ferida

[ ] Troquei o curativo após o banho

[ ] Tomei todos os medicamentos prescritos

[ ] Mantive boa postura ao sentar e levantar

[ ] Evitei os 3 "NÃO" (peso, dobrar, torcer)

[ ] Caminhei conforme orientado

[ ] Bebi água suficiente

[ ] Enviei foto da ferida (a cada 3 dias)

Dr. Auricelio Batista

NEUROCIRURGIA

CONTATOS IMPORTANTES

(81) 98462-0882

(81) 98850-0572

(81) 99288-7337

Hospital Santa Joana
Recife/PE

Real Hospital Português
Recife/PE

Assistente Anne Karoline:
(envio de fotos e dúvidas gerais)

neurocirurgiarecife.com.br

AVALIAÇÃO DO ATENDIMENTO

Para dúvidas e sugestões quanto às recomendações pós-operatórias, ou para avaliar nosso atendimento, acesse o site:

www.neurocirurgiarecife.com.br

Dr. Auricelio Batista
NEUROCIRURGIA

RESPONSÁVEL TÉCNICO



Dr. Auricelio Batista

- Neurocirurgião
- CRM-PE: 21297
- RQE: 11341
- Membro Titular da Sociedade Brasileira de Neurocirurgia (SBN)
- Especialista em Medicina da Dor pela FMUSP

LEMBRE-SE:
Sua colaboração é fundamental para o sucesso de sua recuperação. Estamos à disposição para qualquer suporte.