

CHECKLIST COMA BEM



É importante comer alimentos saudáveis antes da operação. Informe o seu cirurgião se você estiver tendo problemas para se alimentar, ou se você não tem tido apetite. Informe também se perdeu peso sem querer (involuntário), se tem dificuldade para engolir, ou se não está tolerando bem alimentos. Seu cirurgião pode encaminhar você para médico especialista em nutrição ou nutricionista, que poderá ajudar a desenvolver plano alimentar para auxiliar no preparo para a operação.

Recursos:

- *Checklist* da nutrição
- Nutrição antes da operação

Checklist da nutrição

Triagem para desnutrição

O IMC (índice de massa corporal) está abaixo de 19? Sim Não

O paciente perdeu, sem querer, mais de 4 quilos nos últimos três meses? Sim Não

O paciente tem tido falta de apetite—comendo menos da metade das refeições ou menos de duas refeições por dia? Sim Não

O paciente está impossibilitado de comer por via oral? (Ex: disfagia, vômitos)? Sim Não

Se **SIM** para qualquer uma das questões:

Encaminhamento para especialista em nutrição ou nutricionista para avaliação, a menos que já esteja em terapia nutricional

Testes laboratoriais para avaliação do risco

O paciente será hospitalizado para fazer a operação? Sim Não

Se **SIM**: Confira os níveis de albumina para avaliar o risco de complicações pós-operatórias

Suplementação

O paciente será submetido a operação de alta complexidade (exemplo: anastomose intestinal)?

Sim Não

Se **SIM**: Prescreva, com base em evidências, suplementos imunomoduladores

INFORMAÇÃO IMPORTANTE:

Esses exemplos de *checklists* são fornecidos apenas para fins informativos e **NÃO** devem ser usados nos cuidados de paciente que não faça parte de programa pré-operatório abrangente, como o *Strong for Surgery*. Os pacientes **NÃO** devem utilizar as informações contidas nestes *checklists* como forma de substituição para o aconselhamento médico, ou de qualquer outro profissional da saúde. Os logotipos utilizados nos *checklists* são marcas registradas da *Strong for Surgery* e SCOAP. Para saber como você pode começar a usar os *checklists* do Strong for Surgery em sua clínica, entre em contato conosco pelo e-mail strongforsurgery@facs.org.

Nutrição antes da operação

O seu médico quer que você se recupere bem da operação. A boa nutrição ajudará a preparar o corpo para a operação. Após a cirurgia, a nutrição contribui para ter melhor recuperação e também combater infecções. Comer calorias, proteínas, vitaminas e minerais suficientes ajudará a acelerar a recuperação. Aqui estão algumas dicas para manter seu corpo em bom estado nutricional antes da operação:

Comer para cicatrizar

- Coma alimentos que ajudarão seu corpo a cicatrizar. Boas opções são alimentos ricos em **proteínas, grãos integrais, frutas, vegetais e laticínios**.
- Coma pelo menos **três vezes ao dia**. Não pule refeições.
- Inclua alimentos ricos em proteínas em todas as refeições. Algumas opções saudáveis são carne magra, peixe, aves, feijão, ovos, queijo, nozes, tofu, leite, queijo *cottage*, iogurte e bebidas proteicas.
- **Beba pelo menos 6 a 8 copos de líquidos por dia**, para se manter hidratado.
- Adicione uma **bebida proteica diária** se não conseguir comer comida suficiente.

O que mais posso fazer para me preparar para a operação

Seu médico pode encaminhar você para médico especialista em nutrição ou nutricionista. Se você precisar melhorar o estado nutricional, ganhar peso, perder peso ou controlar os níveis de açúcar no sangue antes da operação, esse profissional trabalhará com você para criar plano dietético para ajudá-lo a atingir os objetivos.

Informações de contato do profissional: _____

Suplementos

Infecções podem ocorrer após qualquer operação. Seu médico pode sugerir um suplemento especial, que pode ajudar a combater infecções e a reduzir complicações quase pela metade. Esses suplementos são chamados imunomoduladores. Converse com seu médico para saber se esse tipo de suplemento é adequado para você. Você pode descobrir mais sobre suplementos imunomoduladores e como tornar sua operação mais segura em facs.org/strongforsurgery.