



## SINAIS E SINTOMAS DE COMPLICAÇÕES:

Caso apresentes algum dos sinais ou sintomas abaixo descritos ou exista alguma situação que vos preocupe, deverão **ligar para o serviço de cardiologia pediátrica**, onde vos daremos indicações de como proceder.

- ✓ Cansaço fácil;
- ✓ Sensação de falta de ar e dificuldade respiratória;
- ✓ Aparecimento, ou agravamento da cianose (coloração azulada da pele), principalmente nos lábios e unhas;
- ✓ Sensação de palpitações;
- ✓ Edemas (inchaço);
- ✓ Náuseas, ou vômitos persistentes;
- ✓ Febre (temperatura acima de 37,5°C);
- ✓ Aparecimento de maior vermelhidão, saída de pus ou inchaço da ferida cirúrgica



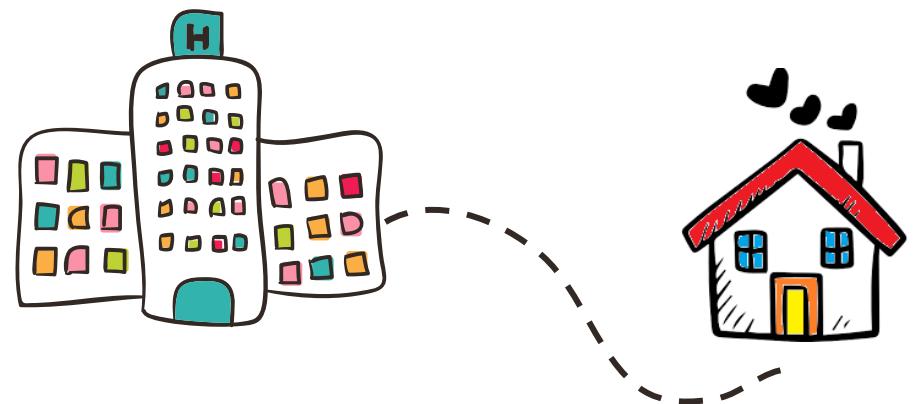
[www.bit.ly/3cP2kW1](http://www.bit.ly/3cP2kW1)



**Porque?** Tornar os desafios de cuidar de uma criança com uma doença cardíaca mais fáceis de ultrapassar, através da partilha de experiências comuns entre os pais.  
○ **Quando e onde?** Primeira quarta-feira de cada mês, das 18h30 às 20h30, através da página do facebook:

# Cuidados Pós Cirurgia Cardíaca

## Guia de Orientação para a alta do adolescente



### CONTACTOS ÚTEIS:

Enfermaria: 210433121 (122)  
Secretaria de Unidade: 210433389

Assistente Social: 210433118  
Consultas: 210433178



## CUIDADOS À FERIDA CIRÚRGICA: (a manter durante 1 mês)

- ✓ **Mantém a ferida limpa e seca** (quando fica molhada facilita o crescimento de microorganismos e o aparecimento de uma infecção).
- ✓ **Não deve mexas diretamente na ferida com as mãos**, pois estas são portadoras de inúmeros microorganismos.
- ✓ No banho, **podes molhar** a ferida com água e sabão/ champô mas **não direcionar a água do chuveiro para ela** e deves **secá-la bem, sem esfregar**. Evita banhos de imersão.
- ✓ **Não coloques cremes ou desinfetante** na ferida.
- ✓ O processo de cicatrização provoca comichão. **Mantém sempre a ferida protegida com roupa**, para evitares mexer-lhe. Mantém sempre as **unhas curtas e limpas**.
- ✓ Deves **observar diariamente a ferida** para despistar sinais de infecção, como: dor, vermelhidão, calor, inchaço ou presença de algum líquido.
- ✓ Proteger a cicatriz do sol durante 1 ano.
- ✓ À data da alta, se ainda tiveres agrafes ou pontos, ser-vos-á dado um documento com as informações relativas à sua remoção.



## ALIMENTAÇÃO:

- ✓ Adequada à idade e rica em frutas, legumes, cereais e gorduras de origem vegetal, **evitando gorduras de origem animal, alimentos açucarados e salgados**.
- ✓ **Evitar excesso de peso**, pois está associado a um aumento do esforço cardíaco e maior tendência para a hipertensão arterial.



## TERAPÊUTICA:

- ✓ Assim que possível, será entregue uma folha com o teu esquema terapêutico (horário, dose e modo de preparação) e terão a oportunidade de treinar na presença do enfermeiro.
- ✓ **Antes de um medicamento acabar ou terminar o prazo de validade**, verifiquem com antecedência as receitas e a disponibilidade dos medicamentos nas farmácias.
- ✓ Caso faças terapêutica anticoagulante, é essencial cumpri-la de forma rigorosa, e fazer o controlo do INR através de análises sanguíneas. Neste caso deves vigiar sinais de hemorragia: deitar sangue do nariz ou das gengivas, presença de sangue na urina e aparecimento de equimoses ou hematomas (nódoas negras). Caso faças alguma cirurgia ou exame invasivo, devem falar com o médico, pois poderá haver indicação para suspender esta medicação.



## ATIVIDADE FÍSICA E SEGURANÇA

- ✓ O nível de atividade física deve ser retomado de forma gradual em função da tua **tolerância e situação clínica**.
- ✓ Atividades que envolvam **risco de queda** ou de embate na ferida cirúrgica, como desportos de contacto ou andar de bicicleta **não podem ser realizadas** durante 1 mês após a cirurgia.
- ✓ Deve ser mantida uma correta **lavagem dos dentes e visitas frequentes ao dentista** pois a presença de cáries dentárias é fator de risco para endocardite (infecção do coração).
- ✓ Deve cumprir as **consultas de vigilância pós-operatória**, assim como as **consultas regulares de saúde juvenil**.